GALENO
DELLA NATVRA ET VERTV DI CIBI in Italiano.

TRADOTTO DAL GRECO per Hieronimo Sachetto Medico Bresciano.

Opera ad ogn'uno per conseruarsi in sanità vtilissima e necessaria.

Con gratia & priuilegio.

IN VENETIA Per Giouanni Bariletto.
M D LXII.

AL REVERENDISSIMO Monſignor Ceſar Gambara Veſcouo di Tortona, & Vicelegato della Marca.

PROEMIO.

LE ARTI tutte e le ſcienze, Reuerendiſsimo Monſignore, ſono per la humana vtilità ſtate trouate e fabricate: tra le quali la Medicina è vna delle più nobili e più gioueuoli. conciosia che la vita intorno allaquale ella s'eſſercita, è ſopra l'altre coſe all'huomo cara e deſiderabile. E certamente non è dubio, che la Medicina eſſendo in due parti diuiſa, delle quali l'una è della ſanità conſeruatrice: l'altra dalle infermità liberatrice, gl'ingegni hor de l'una, hor de l'altra, ſecondo il biſogno, adoperando (quanto in lei ſia)

l'huomo longamente in vita conserua, e mantiene. Ma non solamente l'huomo longa vita viuerebbe, ma gioconda anchora, s'egli diligentemēte li præcetti serbasse della parte della sanità conseruatrice. Nel che se l'humana felicità non si ritroua, questa almeno è vna delle cose alla felicità più necessarie, percio chi voglia che nelle ricchezze consista il sommo bene, come pensa il volgo, voglia ne gli honori, come volsero alcuni sauii, voglia nella vertù sola, voglia nelle vertuose operationi, come piacque à i migliori, certo niuna di queste cose puo far l'huomo beato senza questa giocondità di vita, che dalla sanità dipende. Ma come che alla conseruatione della sanità molte cose si ricerchino, tuttauia gli alimēti sono quasi di tutte l'altre i più necessarii, perche, come ben dice Galeno, gli altri ripari della vita non in ogni tempo s'usano, la doue senza cibi non sia possibile ne sani ne amalati viuere. Et essendo che de gli alimenti non solamente altri sono buoni, altri tristi, ma anchora i medesimi ci ponno spesse fiate essere vtili e dannosi, certo nō sò, come sia, che la maggior parte de gli huomini nell'uso d'i detti alimenti sia cosi incauta e cieca, percioche chiara cosa è, che gli alimenti di buon sugo, se importunamente siano presi, cio è, ò in troppa quantità, ò non al suo luogo, e tempo tolti, ò mal preparati, e stagionati, riescono male à chi cosi

gli vſano . come,per non gir lontano , chi non ſà, che le oua ſono cibi d'ottimo nutrimento? e nondimeno ponno in più maniere diuentar triſte.perche le indurite col guſcio cotte, ò nelli tegami arroſtite , o nella padella affritellate, ſono a chi le uſano una peſte , ma cotte anchora nel miglior modo poſſono eſſer nociue.Come ſe preparate da ſorbere, ò nell'acqua appreſe,alcuno dopo gli altri cibi gli pigliaſſe. Per il contrario che diremo noi di meloni , poponi, melopoponi,vue,fiche,& altre tali,i quali eſſẽdo come ſi ſa,altri di triſto, altri di non in tutto buon ſugo , non dimeno ſe fieno oportunamente preſi,non ſolamente non nociono , ma giouano anchora,tanto importa l'ordine , il tẽpo,la quãtita,la preparatura, & altre conditioni, delle quali al ſuo luogo parlaremo poi. Onde conſiderando io quanti, e quali ſiano i danni,che dalla ignoranza , & in aduertenza de tali coſe procedono, eſſendo che in quelle graui errori, non ſenza iattura della ſanità, e della uita iſteſſa ſi commettono,mi è parſo,per maggior cõmodità di tutti trasferir di greco inItaliano la diuin'opera di Galeno della natura e uertù d'i cibi intitolata.Nella qual traduttione in uero non mi ſon obligato alla Thoſcana fauella, ma ho uſata la commune,come a ſto ſuggetto, al parer mio,più conforme. Parendomi anchora, giuſto che quella fattica la quale è commu-

ne utilità fosse fatta, douesse più presto in lingua commune esser esplicata, che in qualunque altra di qual si uoglia natione propria. Oue è di aduertire che alle uolte siamo stati costretti ad usare i nomi istessi greci, & cio non per altro, che per essere i significati loro appresso di noi per la antiquità homai disusati. Di tal fatta sono, Ryemata, Lachana, Maza, Apothermo, & certi pochi à questi somiglianti: i significati d'i quali non senza longo giro di parole, e sottil congetture si potrebbono inuestigare & applicare: laqual cosa già non sarebbe di tradutore, ma più tosto di commentatore, Il che forse faremo noi, se ciò si sarà concesso dalle maggiori occupationi, e se conosceremo Reuerendissimo Monsignore cotal fattica douer essere a V. R. S. accetta e grata. Ma tornando à proposito, non sarà però questa dottrina inutile & infruttuosa, oue le sù dette parole s'usano. percioche dalle cose onde si faceano i cibi p quelle parole significati, le quali nel testo si contengono, facilmente si viene in cognitione d'i significati loro. Et accio che ogn'uno sia del progresso dell'auttore, nella presente opera auertito, sono da sapere inanz i alcune cose, e prima: che nel primo discorso, cio è, nel proemio di tutta l'opera, si danno alcuni precetti, e regole generali, con le quali facilmente si potrà della vertù de i cibi giudicare. e queste regole sono

ſù la ragione, e ſù la iſperienza fondate, ma più ſù la iſperienza, per accommodar la preſente dottrina alla capacità di quegli anchora chi loica non hanno. Poſcia ſi viene alli particolari, trattando però di quelli ſolamente, chi frequẽtemente ſono in vſo, perche da quelli ſi potrà di tutti gli altri far giudicio. Hor queſti particolari ſono in tre libri diſtinti: nell'uno di quali ſi tratta de i cibi, i quali ſi pigliano da i ſemi cereali, cio è, dalle biade e legumi: nell'altro de gli aliméti, chi ſi pigliano dalle piãte, quali ſono i frutti de gli arbori, le radici de gli herbaggi, le foglie, i gambi, & altri tali: nel terzo di quelli ſi tratta, i quali ſi pigliano da gli animali, e dalle coſe, che in quelli ſi contengono, ò iui ſi generano, di qual maniera ſono le oua; il ſangue, il latte, & altre a queſte ſomiglianti. Hauendo io adunque, Reuerendiſsimo Monſignore, la preſente fattica à commune vtilità fatta, e ſpetialmente di noſtri cittadini, la conſeruatione de i quali in queſta parte à i Medici s'appertiene, & volendola mandar in luce, mi è parſo di conſecrarla al nome di V. R. S. parendomi conueneuole che qual opera in ſe conteneſſe precetti al ben viuere pertinẽti, ella ad huomo ſi dedicaſſe che foſſe à gli altri di ben viuere eſſempio e norma. & anchora perche, oltre la nobeltà del ſugetto, queſt'opera è di tanta varietà di precetti ornata, che è quanto alla contemplatione, e

quanto all'uſo delle coſe che quiui ſi trattano, ella puo ogni ſoprano e nobil intelletto dilettare e trattenere. Il che V. Reuerendiſs. S. facilmente comprenderà, qual hora da i più graui negotii iſpedita ella à diporto nel ameniſsimo giardino di queſto libro intrarà. Accetti adunque Voſtra Reuerendiſsima Sign. queſta mia fatica, come inditio del gran deſiderio, ch'io tengo di ſeruirla & honorarla, nõ riſguardando tã to al dono, quanto all'animo di chi dona. perche Voſtra Reuerendiſsima Signoria, ſi come nell'altre ſue attioni tiene del diuino, coſi in queſta imiterà Iddio, il quale (come dicano le ſcritture) riſguardò prima ad Abel, e poi al dono, ricco d'affetto, e pouero di valore.

TAVOLA DELLE COSE NOTABILI

compresе nel trattato di Galeno, della natura de i cibi, doue A significa la prima faciata, & B la seconda.

A

D

In-

Ru-

V

Z

IL FINE DELLA TAVOLA.

DI GALENO

DELLA NATVRA DE' CIBI

IL PRIMO LIBRO.

ELLA natura de' cibi hãno scritto molti ualẽti Medici, molto prezzando cotal dottrina, essendo quella quasi di tutte l'altre, che in medicina si comprẽdono più gioueuole, percio che gli altri ripari della uita non in ogni tempo l'usano, la doue senza cibi non è possibile ne sani ne amalati uiuere. Per il che molti eccellenti Medici hanno hauuto cura diligentemente d'inuestigare la natura loro, de' quali altri hanno detto quella per isperienza sola potersi conoscere, altri à questa hanno anteposta la ragione, alla qualle altri anchora hãno moltissimo diferito. Onde se, come nella Geometria & Arismetica, fossero tra loro totalmente stati concordi, non era bisogno, che noi, dopo tali et tanti huomeni, ci pigliassimo impaccio di scriuere nouamente delle cose medesime. Ma poi che discordando tra loro si rendono sospetti, ne ponno tutti dir il uero, necessaria cosa è, che i

loro scritti siano da giudici incorretti essaminati. Per cio che inguriosa cosa sarebbe, senza saldo argomento all'uno più che à gli altri credere. Ma perche de i ueri argomenti generalmente sono due principij, essendo che ogni uera ragione & certa fede dal senso ò da chiara notitia d'animo si deriua, è necessario ò l'uno de questi, ò amendue usare nell'esplicar la question presente. Ma non essendo il giudicare per uia di ragione ad ogni uno cosi in pronto & facil'à capire, bisognando chi uolesse capirlo essere & di natura prudente, et nelle discipline che l'ingegno fanno acuto, fin da putto essercitato, sarà meglio dalla isperienza far principio. Et massime che molti Medici sono stati di parere, che la natura de gli alimenti per questa sola si trouasse. Ben che alcuni forsi sprezzarebbe gli esprimentatori Medici li quali pongano ogn'opra & diligenza in contra dire ambitiosamente alle cose per meggio delle ragiõ trouate. Ma Diocle Medico quantunque dogmatico nel primo libro delle cose alla sanità partinenti à Plistarco scriuendo in questo modo precisamente scrisse. Quelli che pensano le cose tutte essere d'una istessa uirtù, perche siano ò di sugo, ò d'odore, ò di colore pari, non hanno retta openione. Perche si potrebbe mostrare, da queste cose, che sono tra loro pari, prodursi effetti dispari. Ne si deue presumere, che ciascuna cosa habbia uirtù purgatiua, ò delle orine prouocatiua, ò altra simil facultà, perche la sia calda, ò fredda, ò salsa, essendo che non tutte le cose acri ò dolci, ò salse, et simili c'hanno le medesime

uirtù,

uirtù, ma tutta la ſuſtanza ſi debbe credere eſſer d'o
gni loro attione cauſa, perche coſi alcuno dalla ueri
tà non ſi ſcoſtarebbe. Ma quelli che penſano di cia
ſcheduna coſa douerſi rendere la cauſa, perche la
ſia nutritiua, ò ſolutiua, ò diuretica cioè dell'orina
prouocatiua, & coſi dell'altra, paiono non ſapere,
prima: quanto alla prattica, queſto non hauer
luogo; dapoi, che ſono molte coſe à certi principij ſo
miglianti, le quali nõ admettono della cauſa ragion'
alcuna. Oltre di cio errano alle uolte, quando pi-
gliando per fondamento coſe oſcure, ò non admeſſe,
od incredibili, ſtimano hauer baſteuolmente reſa del
le coſe la cauſa, per tanto non ſi debono udir quelli
che rendono cotali cauſe, ne che penſano di tutte le
coſe douerſi rendere la cagione: ma più preſto ſi deb
be credere alle coſe per lunga iſperienza inteſe. La
cauſa poi ſi ha d'inueſtigare delle coſe poſſibili, quan
do da qui quello ſi dice ſi fa più chiaro & più credibi
le. In tal modo adunque ſcriſſe Diocle, il quale ſti-
mò la natura de cibi per iſperienza ſola ritrouarſi &
non per giudicio fatto dalla temperatura, ne ſughi.
Ma eſſendoui ancora un'altra uia d'inueſtigar detta
uirtù de' cibi, la quale è nelle parti delle piante, di
queſta non ne fece egli mentione alcuna. Quella
dico, che in tra l'altre ſoleua uſar Mneſitheo: per
laquale egli moſtraua altra uirtu eſſere nelle radici
delle piante, & altra ne i gambi, & nelle foglie, et
frutti, & ſemenze parimente un'altra. Adunque
che la natura ſia maeſtra come di molte altre coſe,
coſi ancora de' cibi facili ò difficili a digerire, allo

ſtomaco gioueuoli ò contrarij, ſolutiui, ò molitiui, ò coſtrettiui del uentre, ogn'uno lo ſa, chi non è di giuditio del tutto priuo. Ma in queſte iſteſſe coſe errano non pochi, i quali fanno ſenza diſtintione iſperienza delle coſe, come s'e dimoſtrato anchora ne i libri della natura di medicamenti ſimplici, & nel terzo di temperamenti. Et ſono pari gli errori, che ſi commettonó da l'una & l'altra parte. Percio non ſarebbe di mio coſtume, s'io uoleſſi in queſto luogo come in quelli ſcriuer à pieno le diſtintioni, alle quali alcuno aduertendo ſecuramente trouera le uirtù d'ogni coſa, eſſendo io ſolito ſcriuere una ſol fiata di ciaſcheduna coſa, & non in molti commentarii ripetere le medeſime coſe. Non partendomi adunque dal uſato mio coſtume, toccherò i capi ſolamente delle diſtintioni, & sforzeromi quanto mi ſarà conceſſo, con breuità di eſſer chiaro. Incominciarò adunque da quella ſentenza, la quale tutti hanno in bocca, da Eraſiſtrato malamente ſcritta: cio è, che il melicrato à tutti non a molla il uentre, ne la lente il coſtringe, anzi eſſer alcuni, i quali oltre che non ſentono nel'un ne l'altro effetto, pruouano anchora il contrario, che il uentre ſi riſtagna loro dal melicrato, et ſi gli amolla dalla lente: & anchora ritrouarſi alcuni, i quali più facilmente digeriſcano le carni Bouine, che i peſci Saſſatili. Ma io ſoglio ſempre interrogar queſti tali, per incominciar da gli ultimi, qual accidente naſca in eſſi loro, che gli dimoſtri la indigeſtione de tali peſci: come, per eſſempio, ſe ſentono ne'l uentre grauità alcuna; come

di piombo, ò di pietra, ò di loto: percio che alcuni esprimon cosi quel sentimento, il quale in simili crudità si sente, ouero se sentano in esso esser alcun manifesto rodimento, ò uentosita, ò graue rutto. Infine alcuni han risposto in essi loro generarsi rutti di più nidorosi & tristi, altri rodimento, altri l'un & l'altro. Onde considerando io diligentemente le dispositioni de' corpi loro, trouai nelli stomachi loro essere ragunata molta collera rossa, si per una certa mala temperatura, come per una propria loro dispositione. Dico propria dispositione, perche ad alcuni scorrendo la collera dal fegato ne gl'intestini asce nde al uentricolo. Ma temperatura uitiata dico, perche essi naturalmente hanno un calore acre & mordace, & quasi febbrile. Onde meritamente questi piu facilmente digeriscono i cibi a corrumpersi difficili, che i facili. Perche i facili a digerire facilmente s'alterano & si corrumpono: ma i difficili a digerire sono anco difficili ad alterarsi & a corrumpersi. Questi in uero se trouano molto calore si digeriscon meglio, che se'l trouano temperato. Per questa ragione adunque alcuni digeriscono meglio le carni bouine, che i pesci sassatili. Ma la lente ad alcuni piu presto commoue il uentre che constringerlo. Et questo per una certa ragione, laquale ne i commentarii delle simplici medicine habbiamo dimostrato. Che si come nelle nostre compositioni alcuue cose si compongono di contrarie sustanze & faculta, cosi non poche, che paiono simplici, sono dalla natura composte: il che ac-

cade a molti alimẽti. Perche nõ la lente ſola, ma i ca
uoli anchora, et di quaſi tutti i marini i chiamati te-
ſtacei cioè di gieſcio coperti, hãno ſuſtanza di contra
ria faculta compoſta. Perche il corpo iſteſſo ſolido
è a trapaſſar tardo, & del uentre coſtrettiuo, et la
humidità ſtimola alla egeſtione. Et queſto pienamen
te dalla decottione ſi dimoſtra: conciosia che l'ac-
qua, nella quale ciaſcheduna di queſte coſe ſia cot-
ta amolla il uentre, & la materia loro il conſtringe.
Et per cio udirai alcuni dire, ſe auanti gli altri cibi
piglierai i cauoli leggiermente cotti, & in un tratto
dalla pentola in alcun uaſo con olio & garo prepa-
rato trasferiti, che ti amollaran il uentre: & altri
preparar i chiamati cauoli ricotti per conſtringer-
lo. La preparatione di tai cauoli e queſta: hauen-
doli primieramente nell'acqua cotti, queſta tutta ſi
getta uia, & ui s'infonde altr'acqua pura & cal-
da, nellaquale la ſeconda fiata ſi cuocono, accio ſe ui
foſſe alcun rimanente della natia humidita, tutta ſi
gli tolga. Perche a tutte le coſe, che ſi cuocono in
humore auuiene che ſian partecipi della natura di
quello, & eſſe uicendeuolmente communichin con eſ
ſo lui la loro. Et cio ſi puo comprendere da quello
che cottidianamente auuiene a quelle coſe, che ſi cuo
cono ne i brodi ò ſian legumi, ò parti d'animali, ò
herbe. Perche la coſa leſſa rappreſenta tanto al gu
ſto quanto al odorato la qualita & virtù di eſſo bro
do, & egli della coſa in eſſo lui leſſa. Potrai chiarir
ti della uerita di queſto che diciamo, in queſto modo
cuocerai lente, ò cauoli, ò alcuno di gia mentionati
marini

marini animali, poſcia condirai il decotto con olio, garo, & peppe, el darai à bere a cui ti piacera, il medeſimo farai de cauoli ricotti, & uederai la potione ſoluer il uentre, & il corpo ſodo coſtringerlo. Onde non e da marauigliare, ſe da tali cibi, quando ſi piglia con il ſugo loro tuttta la materia, naſcono tormini & infiagioni. Perche naſce un certo combattimento infra loro, conciosia che il corpo ſodo del cibo ſta fermo & ſi tarda, & la humidita ſollecita alla egeſtione. Tal che quando quello che rode fia ſmaltito, allhora ceſſa il diſturbo, ma s'egli perſeuera, neceſſariamente il uentre patiſce tormini & uentoſità, il fin de quali è la egeſtione delle coſe infra loro diſcordante. Perche adunque ad alcuni il uentre e facile, ad alcuni ſecco & difficile a ſmaltire, l'uno & l'altro ſecondo la propria natura ſentono i diſturbi cooperando il uentre hora alla uirtù del ſugo, hora alla uirtù della materia. Perche eſſendo due uirtù contrapoſte, è neceſſario che l'una ſia uincente & l'altra uinta. Ma cio accade ancora per certe diſpoſitioni de' corpi, non naturali, ma à certo tempo nate. Perche alle uolte ſi concrea in eſſo lui humor flegmatico, & alle uolte bilioſo. Il Flegmatico e quando acido, quando ſalſo, quando dolce, & quando inſipido. Et anchora ò che egli è liquido, ò ſodo, ò uiſcoſo, ò facilmente diſſipabile. Ma della collera altra è roſſa, & altra pallida; l'una & l'altra pigliando ben ſpeſſo il piu el meno: per trallaſciar l'altre ſpetie di collera, le quai à i corpi già amalati ſoprauengono. Ciaſcheduno adunque de

detti ſughi facilmente o alla egeſtione del uentre, o alla coſtrittione, quando tutte le parti della materia de detti cibi inſieme co' proprii ſughi peruengono al uentricolo, milita con quelli, che ſono con ſeco della iſteſſa uirtù, & ripugnano a quelli che ſono di facultà contrarie. Diſopra detto habbiamo generalmente eſſer due cauſe, per lequali naſcono nel corpo dalli medeſimi cibi effetti differenti. Hora n'e trouata una terza appreſſo la natural diſpoſitione, & appreſſo in ſughi e parti ſode delle coſe che ſi mãgiono: ne importa che tu dichi coſe da mangiare, ò alimenti. Si chiamano anchora queſte coſe con queſti nomi, cioè mangiare & bere: come teſtifica anchora Hippocrate nelle Epidemie ſcriuendo in queſto modo: biſogna iſprimentare il mangiar el bere ſe di pari lungo tempo durano: & in un'altro luogo: la fatica, il cibo, il bere, il ſonno, et uenere ſiano tutti mediocri. Dunque di nomi, come ſempre dico, non dobbiamo eſſere ſolleciti, ne faticarſi per intendere come alcuno gli habbia uſati eſſendo maſſimamente tutti queſti da gl'Italiani uſitati: ma dobbiamo procacciare la cognitione delle coſe iſteſſe. Adunque è manifeſto, che queſte coſe ſono di veloce ò tardo corſo, & queſto ò per natural conſtitutione dal naſcimento noſtro portata, ò per diſpoſitione di corpo doppo acquiſtata, ò per propria natura delle coſe, che ſi mangiono & ſi beuono: perche di queſte certe ſono humide, & certe ſecche, & altre ſono uiſcoſe, altre ſolubili & facili à dipartire: & certe hanno in ſe acuità, & cer-
te aci-

te acidità, ò amarezza, ò doltezza, ò austerità, ò acerbità, ò altre, oltre di queste, medicamentose facultà, della istessa natura con quelle delli medicamenti purgatorij. Percio che la Triplice, la Bieta, la Malua, la Zucca, per essere viscose, & per tutto humide, più tosto discendono di quelle che non sono tali, & massime in quelli, chi doppo l'hauerle prese in piano leggermente passeggiano. Perche lubbriean più nel commouersi, che nel star queti. Ma alcun potrebbè porre in questo genere anchora le More, & le Cireggie dolci, si come de i vini dolci & grossi ì Poponi anchora & i chiamati milo poponi per la humidità & uiscosità loro sono atti à lubbricare, & sono di uirtù mediocremente astirsiua, ma più i poponi: la qual facilmente comprenderai fregando con quelli alcuna parte sordida, per che subito mundificheranno cio che in quella è di lardezza, & questi anchora sono di quelli, chi prouocan l'orina. I Percocchi anchora, et i Persichi sono intra le materie humide, & acquose: & in somma tutti quelli chi non hanno alcuna potente qualità, ne al gusto ne all'odorato. Questi tutti, se il ventre e ben disposto, sono facili à smaltire: altrimenti stanno anch'essi nelle parti superiori, ne punto giouano alla egestione. Perche cotal materia essendo nel numero di quelle, che indurano il corpo, & che l'amollano mezzana, tiene alquanto ò alluno ò all'altro, se troua corpo ne alla egestione tardo ne alla distributione pronto. Perche alle volte questi anchora costringono il uentre. Et il Melicrato à quelli ne i

quali tosto si distribuisce, non solamente non prouoca il corpo à smaltire, ma anchora è scorta à i cibi che con esso lui si mescolano, à distribuirsi. Ma se prima non si distribuisce, prouoca la egestione non altramente che la collera rossa, per la acuità & mordacità ch'è in esso lei. Cotali cose adunque che si mangiono & si beuono, per questo solo che sono mordaci sollecitano le parti del corpo alla egestione. Ma è cosa manifesta, che gl'intestini anchora s'intendono per il nome del uentre: et da qui si sogliono chiamar gli huomini vētricosi cioè c'hanno il ventre pinto in fuori. Et alcuni purgano il ventre, hauendo in se stessi mescolate facultà medicamentose simili à quella della Scāmonea, della Coloquintida dell'Ellebo-ro, & altri tali. Perche la natura loro è composta de cibo & medicamento, come se & tu giungessi un poco di suco di Scammonea al sugo della Ptissana. Perche in tal modo ben che non si scuopra al senso, non si nasconderà però alla operatione, ma purgherà il ventre euidentemente. Et questo pare ad alcuni esser quello, che da Hippocrate e ditto cibo purgatorio. Ad altri è parso questa parola non solamēte intendersi in questo modo, ma anchora de quei cibi che nō hanno uirtù alcuna ne nutritiua, ne purgatoria. Perche dicano queste tai cose spesse fiate nō solamente come cibi, ma ancora come medicamenti operare, manifestamente riscaldando, & humettando, refrigerando & disecando; si come quando non operan alcuna di queste cose intorno al corpo humano, ma il nutricano solamente, all'hora non so-

no inconſideratione di medicamento: benche ſono pochiſſimi i cibi di tal fatta. Ma quanti ne ſono tali, l'anno in conſideratione de puri alimenti, non alterando i corpi di chi gli piglia, ſecondo la qualità. Perche quella coſa che è riſcaldata, ò refrigerata, ò diſſeccata, ò humettata, è mutata ſecondo qualità: ma quello che da i cibi ſi piglia in rileuo della ſuſtanza gia diſſipata ſolamente gioua come alimento. Onde quelle coſe che ſono di mezzano temperamento, non hauendo qualita alcuna eceſſiua, ſono ſolamente cibi, non ancora medicamenti: perche ne mollano il uentre, ne l'indurano, ne confortano lo ſtomaco, ne'l riſoluano: ſi come ne prouocan il ſudore, ne'l ritengono, ne mouono l'orina, ne la riſtagnano, ne cauſano nel corpo alcuna altra diſpoſitione, ne calda, ne fredda, ne humida, ne ſecca, ma conſeruano in ogni parte il corpo, quale il ritrouano. Ma quiui ancora e una utiliſſima diſtintione, da Diocle non aduertita, ſi come niuna delle altre, delle quali fin hora ho fatta mentione, la qual è queſta. Che ſe il corpo humano ſarà di temperamento puntalmente mezzano ſi conſeruarà nel preſente ſtato con cibo mezzanamente temperato. Ma s'egli fuſſe di temperamento freddo, ò caldo, humido ò ſecco, contro ragione ſi darebbono à mangiare ò bere coſe mezzanamente temperate. Perche cotali corpi neceſſariamente ſi mutano in contrario tanto quãto ſono dalla uera mediocrità luntane. Et queſto ſi farà cõ coſe alla preſente intẽperie contrarie. Ma i contrarij ſono dalla iſteſſa mediocrità uerſo l'una & l'altra

l'altra parte distanti: di modo che il corpo sara discosto dal stato temperato & mediocre uerso la calidita, uerbigratia, per tre gradi, bisognera, che'l cibo si discosti dal mediocre tẽperamẽto uerso il freddo similmente per tre gradi. Et se egli si dilunghera uerso l'humidità per quattro gradi, douerassi il cibo dilungar dallo stato temperato uerso la siccità, parimente per quattro gradi. Per questo si trouano molti, i quali pronunciano de gl'istessi cibi sentenze contrariissime. Come non ha molto che due contendeuano infra loro del Mele, dicendo l'uno quello esser sano, l'altro mal sano, congietturando l'un & l'altro dalle dispositioni, le quali essi dal Mele istesso riceueuano, non considerando gli huomini tutti non hauer una istessa natura dal nascimento loro, & ben che l'hauessero, non però conseruarla per la età intiera et immutabile, come n'anco nelle mutationi de' tẽpi, et de' luoghi, per non dire anchora che gli essercicii, i modi di uiuere, mutano le natural dispositioni. Hora di questi intra loro del Mele cõtrastanti, l'uno era et di età uecchio, & per natura flegmatico, di uita otiosa, & oltre l'altre tutte attioni, ancora nelle essercitationi, le quale à i bagni s'appartengono, negligente & pigro, & per cio il Mele gli era gioueuole. L'altro era di natura collerico, d'età d'anni trenta, et nelle cottidiane attioni molto laborioso, onde presto il Mele si gli mutaua in collera, et à questo modo gli era noceuole. Et io ho conosciuto un certo, il quale si lamentaua, delle punti intorno alla bocca dello stomaco, & hauendo io fatto coniettura de

quantn

quanto egli narraua, gli consegliai che pigliasse Porri & Bieta, con sennape, & essendogli da quelli tagliata la flegma, hauendo smaltite più cose pel uentre, fù da tutti gli accidenti libero. Ma costui un'altra fiata sentendo crudità per hauer mangiato cibi acri, & sentendosi nel uentre rodimento, hauendo preso Senape con Bieta, non solamente cio non gli giouò al rodimento, ma presto ancora hebbe peggio, & marrauigliandosi, come fosse, che quelle cose che già gli erano state gioueuoli, hora gli fossero noceuoli, uenne da me per saper la causa. Inuero non è absurdo, che gli huomini dell'arte della medicina ignoranti in queste cose inciampino. Ma non già si perdonarebbe à i Medici, i quali trallasciano molti utilissimi precetti indistinti. Perche non, si conuiene che essi dicano, molti digerir bene i pesci sassatili, & ritrouarsi alcuni, che facilmente digeriscano le carni Bouine, ma bisogna che distinguano intra gli uni, & gli altri. Si come anchora del Mele, non conuien simplicemente pronunciare, ma agiungendo à quali età, & nature, à quai tempi & luoghi, & a qual uita egli sia utile ò dannoso: come per essempio, che à caldi & secchi egli è contrariissimo, et à gli humidi et freddi utilissimo, sian questi tali di tal temperamẽto, ò per età, ò per natura, ò per la cõtrata, ò per il tẽpo, ò per l'essercicio. Onde è necessariissimo che la presente dottrina cõsideri i tẽperamenti de gli huomini, & de i cibi, ma quali elli si siano, et come si debbiano distinguere, s'è detto ne i libri delle temperature, come de i medicamenti, ne i libri del-

le potentie loro. Ma al presente sarebbe di dire delle complessioni de i cibi, come ne i libri della dieta, secondo alcuni opra d'Hippocrate, & secondo altri di Philistione, ò d'Aristone, ò d'Erriphonte, ò de Phileta, huomini tutti antichi e stato scritto. Il principio del quale, secondo alcuni essemplari, è questo: la vertù di ciascheduna cosa di quelle che si mangiono & si beono & per natura & per arte, in questo modo si debbe discernere. Ma questo libro separatamente pigliato come seconda parte, essendo tutta l'opra in parti tre distinta, della dieta s'intitola. Ma quando si ha tutto di tre parti composto & non ismembrato della natura dell'huomo s'intitola & della dieta insieme. La seconda parte adunque, nella quale si tratta de i cibi, sanza dubbio si giudicarebbe d'Ippocrate. Ma il primo è molto lontano da i sensi Ipporatici. Et questo sia detto incidentemente. Ma uoglia de quali egli si sia di detti homini, consta ch'egli riduce la forma del uiuer tenne aduna certa uia uniuersale. Perche chi conosce l'orzo esser di natura freddo et humido cotto, & sa distinguere le temperature de' corpi, cioè quali siano naturali, et quali per alcuna dispositione acquistate, costui saprà usar, come conuiene, l'orzo in cibo, non solamente ne i corpi sani, ma anchora ne gli amalati. Userà ancora conuenientemente gli empiastri di farina d'orzo, conoscendo la natura loro. Ma non bisogna solamente conoscere la propria & prima temperatura di ciaschedun cibo, ma anchora quelle, come ne i libri delle medicine s'è di

mostrato

mostrato, che da quella procedono, delle quali mol te se non tutte sono utilissime, le quali si comprendono parte al gusto, & parte all'odorato. Perche dalla temperatura di ciascheduna di queste cose, la quale nasce da una certa misura ò del caldo, ò del freddo, ò del humido ò del secco, ne auuiene che l'una di queste cose sia dolce, l'altra amara, & questa salsa, & quella acerba, ò acre, ò austera. Il commun genere del acerbo e del austero si chiama astringente. Ma de tutti i sughi diffusamente s'è parlato nel quarto delle faculta delle simplici medicine. Ma fa dimestiero chi uuol intendere quanto hora si dice, ch'egli in ogni modo habbia letto quel libro, acio non siamo sforzati a dire nel presente quãto in quel lo s'è detto. Perche in tra i cibi, come ho detto poco dianzi, alcuni non hanno all'odorato, ò al gustato, notabil qualità alcuna, li quali ancora insipide & acquidosi si chiamano: & certi hanno astrittione manifesta, ò dolcezza natia, ò acrimonia: & certi paiono salsi, & altri d'amarezza participi. Onde è manifesto, questi tali essere della istessa natura, con quei medicamẽti à iquali nel sapore s'assomigliano, ma ne i libri delle medicine s'è detta la causa, perche certi astringenti non oprano il medesimo, che gli altri costrettiui. Si come l'aloe, il rame combusto, il calcanto, il fior di rame, la squama, & la calcite. Perche mescolandosi con ciascuna di queste cose, che sono di faculta & sustantia costrettiua, alcũne altre fanno operationi dalle lor proprie diuerse. Come se tu mescolassi col cotogno Scãmonea, il che alle volte

faccia-

facciamo, cauando le parti del pomo, che ſono intorno al ſeme, & riempiendo la cauità di ſcammonea, da poi otturandolo, et nel fuoco cocendolo, & coſi preparato dandolo a mangiare. Perche in tal modo preparato ſenza ſubuertere lo ſtomaco, purga il uentre, uincendo in eſſolui la uirtù purgatiua, la quale il pomo ha contratta dalla ſcammonea, & durando la natia di eſſo pomo, perche altramente non ſarebbe ne ſoaue, ne coſtrettiuo, ne allo ſtomaco gioueuole. A queſto modo adunque i cibi hanno in ſe ſteſsi meſcolata alcuna uirtù ò purgatiua, ò à far alcun'altro effetto nata. Nelli quali non ſi debe diſcredere alle facultà di ſapori, come operanti quegli effetti, che naturalmente oprano. Perche in qualunque ſi trouera la coſtrettiua qualità, ella quanto ſia in eſſo lei, cõdenſa, coſtringe, et refrigera i corpi uicini. Ma l'iſteſſo corpo alle uolte contiene in ſe alcune delle parti ſue riſcaldanti, & alcune refrigeranti, come detto habbiamo nei libri delle faculta di ſimplici medicamenti, coſi meſcolandole la natura, come alcuni Medici meſcolano alle uolte il piletro, ò'l pepe cõ alcun refrigerante. Queſte coſe adunque, come diſſi, nei libri di medicamenti diffuſamente trattate, ſono alle coſe che hora s'inſegnano utiliſſime. Perche le particolari preparationi di ciaſchedun cibo da quelli ſi truouano, i quali prima hanno inteſe queſte coſe. Onde noi ancora diamo alle uolte il cibo nomato Teutlophace cioè di Bieta & lente compoſto, & dinanzi il concedeua Heraclide Tarentino ſpeſſe fiate non ſolamente à gli intieramente ſani, ma anchora in alcuna

cuna

cuna parte amalati. Primieramente adunque ui poniamo di molte Biete, & poscia nel condirle ui giongemo alquanto di sale, ò di garo dolce, perche così si fà più purgatiuo. Ma uolendosi far men potente, purgherai la lente & due fiate la cocerai, gettandone uia la prima acqua, poi la condirai cõ poco sale ò garo, giongẽdoui un certo che di quelle cose che costringono il uentre, ò uero di aceto tanto che non offenda il gusto, & hauerai insieme cibo soaue, & utilissima medicina à molti che patiscono la diuturna diarrhea. A molti dess si, & non à tutti, cautamente, perche quiui anchora fa bisogno di distintione, per la quale si trouano le dispositioni de chi patiscono la diuturna diarrhea. Perche in somma non si puo, con isperienza, di cosa alcuna conuenientemente essaminare la uirtù, se prima non si truoua esattamente la dispositione, à cui s'ha di applicare la cosa che s'esamina, ò sia cibo, ò potione, ò medicina. Perche la cognitione delle dispositioni è il fondamento di rimedij, & non la cognitione di rimedij. Ma perche è impossibile senza la perfetta cognitione delle faculta delle materie che usamo, soccorrere à bisognosi d'esse, fa di mestiero come altroue delle faculta de' medicamenti, così in questo luogo delle uirtù de gli alimenti discorrere. Ma la cognitione di queste cose appena in lungo tempo ben si consegui- sce, si da certa isperientia, come dalla natura de gli haliti, & sapori, quali paiono esser in quelle cose, che isprimentiamo: & anchora dalla corporatura loro, la quale nella uiscosità, & solubilità, nella rarità & densità, nella leggerezza & grauità consiste. Perche

queste cose tutte conferiscono alla inuentione di esse facultà, & cosi, se andando tu in alcun strano paese, uedessi alcuno de' cibi da te non più mai ueduti, potrai hauere non pochi indicii alla cognitione della natura sua. Ma quelle cose che scrisse Menesitteo delle radici, di gambi, delle foglie, di frutti, & di semi, non hanno fondata ragione, se cio con certa isperienza giu dicherai: il che poscia si fara chiaro. Perche ho statuito di trattare di ciaschedun cibo appartatamēte. Et se l'opra sarà più longa che si conuerebbe potremo un'altra fiata ristringerla in poco uolume il che sara utile à quelli che sono nell'arte instrutti: perche la sola essercitatione, & la dottrina diffusamente scritta, ci rende periti. Percio à me paiono molti dir bene, i quali dicano, quella esser ottima dottrina, la quale da uiua uoce uiene: ma da libri non si ueder alcun farsi nochiero, ne d'altra arte diuentar artefice. I libri sono monumenti de chi gia ha imparato, & non compiuta dottrina de gli indotti. Nientedimeno se sono alcuni, i quali essendo bisognosi de precettori, uolessero diligentemente studiare i commentarii chiaramente & diffusamente scritti, quali sono i nostri, ne sentiranno non piciol giouamento, & massimamente se non gli grauera di spesse fiate ripeterli.

Del Formento. Cap. I.

Eritamente il più di Medici à me paiono hauer incominciata questa dottrina dal Formento, perciochè questo seme è molto utile, & molto in uso non solamente à tutti

tutti ì greci, ma anchora alla maggior parte di barbari. L'ottimo di tuiti ì formenti è quello, che in tutta la sustantia sua è sodo & pieno si, che appena co' denti si parte, percio che questo in poca quantità molto nutrimento porge à corpi nostri contrario à questo è quello, che co' denti facilmente si rompe, & poi che è infranto, raro & molle si pare, & in molta quantità da poco nutrimento. Et se ti piacerà dell'uno et l'altro una ugual quantità pesarne, trouerai il sodo esser molto più graue. Et questo è ancò di colore del raro piu rossigno. Ma non bisogna esaminare la natura loro, simplicemente alla superficie risguardando, ma come detto habbiamo, partendoli, & rompendoli. Perche molti chi per il di fuori rosso & sodi ci paiono, dentro rari, flaccidi, bianchi si ritruouano. Percio questi molta crusca contengono. Et se alcuno macinati che siano essi formenti, trattone della farina il fiore, del rimanente ne facesse pane, trouerà per isperientia, questo essere di puoco nutrimento, & nel uentre criar molti iscrementi, & percio smaltirsi più facilmente, & anchora per partecipar la crusca della natura mondificatiua, meritamente presto si smaltisce, essendo da quella gl'intestini alla egestione incitati. Ma il pane del tutto puro da questo è differente, che in poca quantità è molto ponderoso, & più tardi de tutti si padisce. Et appresso, uederai la pasta di questo pane esser si fattamente uiscosa, tirata molto in longo non si diparte. Il che è proprio del corpo uiscoso. Percio questo pane non senza causa molto fermento richiede, & uuole più d'ogni altro esser ri

menato & lisciato, ne tantosto ch'egli sia cresciuto et rimenato, uuol esser cotto. Ma al pan di crusca poco fermento & legger lisciatura basta. Parimente il puro longa cottura richiede, & quello di crusca breue. Ma tra'l purissimo & il uilissimo, secondo il più el meno, non piccol interuallo ui capisce, di quali altri puri, altri uili s'addimandano, & sono in uero. Ma euui una certa specie di essi pani ueramente mezzana, la quale consta di farina & crusca, non essendo separata la farina pura dalla impura. Ma & di questo istesso pane, qual è giudicato essere tra'l puro & uile mezzano, secondo la natura del grano non picciol differentia si ritruoua. Perche da i formenti graui & sodi, miglior pane riescie, & da i leggeri & uani pigiore. Appresso di Romani & tutti quei che sottogiaceno al lor imperio, il pan purissimo si chiama siligineo cio è primato: il secondo dopo questo similaceo, cio è secondario. Il siligineo adunque e d'ottimo nutrimento, al quale seguita il similaceo: il terzo luogo occupa il mezzano, l'ultimo i sordidi, l'infimo di quali è il fatto di crusca, il quale in uero è di pochissimo nutrimento: & meno di tutti gli altri nel corpo fà dimora. Ma benissimo si digerisce quello, il quale & molto in alto cresciuto, & diligentemente lisciato, nel forno e cotto con mezzano fuoco. Perche il souerchio foco à prima gionta subito la superficie esteriore bruciando l'incrusta. Onde auuiene che'l pane in due modi sia uitioso: primieramente p esser dentro crudo et mal stagionato, poscia di fuori sopra modo adusto & secco, & in modo di tegame duro. Ma il fuoco men che mezzano mal sta

giona

giona il pane,perche il lascia crudo, & massime tutta la parte inferiore. Ma quello, che con fuoco mediocre, & assai longamente in ogni sua parte ugualmente sia cotto, commodamente nello stomaco si digerisce, & quanto alle altre attioni, le quali seguitan alla concottione, e commodissimo. Ma peggiore di tutti è quello, che niuna delle sudette cose ottiene. Hora hauendo noi statuiti i termini della bontà & uitiosità de i pani, ogn'uno di perse facilmente intendera, altri à i miglio ri ò à i pigiori auicinarsi, altri lontanarsi, & altri, come detto habbiamo, in mezzo de tutti esser collocati. Per tanto, come del mele di sopra diceamo, non si debe simplicemente proferire, quello conuenire, ò non conuenire alla sanità, ma alla natura flegmatica, cioè alla più fredda & più humida del douere conuenirsi, & parimente alla natura assai fredda senza molta humidita, ò alla molto humida senza molta frigidità: ma non già alle temperature calde, & meno alle calde & secche essere conueneuole. Cosi à gli essercitanti quel pane sarà conueniente, il quale ne molto sarà cotto, ne molto fermentato: al priuato & al ueglio quello sara conueniente, il quale & conuenientissimamente nel forno sarà cotto, & di molto fermento sarà partecipe. Quello che del tutto è sanza fermento, a niuno si conuiene, ma se ui si giongera anchora cascio, come da nostri uillani nelle lor celebrità si suol fare, il quale essi azimo dimandano, questo è à tutti senza dubio noceuole, etiandio che siano di natura fortissimi, quali sono de'metitori i più robusti. Perche questi paiono meglio di graui athleti digerire il pane azimo: & parimente

la carne di bue & di capra. Che bisogna dire della carne di pecora ò di capra, essendo che in Alessandria s'usano le carni d'asino & di camelo anchora. Alla concottione delle quali conferisce la consuetudine, & massime, pigliandosene in poca quantità. La stenuatione di tutto il corpo, laquale necesariamente segue in quelli, che tutto'l giorno nell'opre s'affaticono. Perche le carni inanite & uote alle uolte tirano non solamente il cibo semicotto, ma etiandio totalmente crudo, qualunque uolta dopo al cibo s'affaticano & pertanto questi tali grauissimamente amalano poscia, & prima che siano uecchi si morono. Il che ignorãdo molti la gagliardezza di costor commendano: ueggendoli mangiare et digerire quelle cose, che noi non possiamo mangiar ne digerire. Ma perche dopo le fatiche profondamente dormono, il che maggiormente alla digestione conferisce loro, quali auiene, che da i uitiosi cibi non s'offendono. Ma se li sforzerai à ueggiar più notti continue, subito amalano. Questi adunque quest'uno sol bene posseggono alla digestione de'uiciosi cibi. Ma gli Athleti non usano cibi di perfetto sugo, ma grosso & uiscoso, quelli dico, chi tra loro sono graui & uasti, come quelli chi spetialmente si chiamano lottatori. Perche questi tali non hauendo altro che fare, che prepararsi à i certanti, ne i quali alle uolte sono sforzati ò di lottare, ò di far altri essercicii ad essi loro pertinenti tutto'l giorno. Per tanto hanno bisogno di cibo difficile & à corrompersi, & à risoluersi. Tale è quello che è di grosso & di uiscoso sugo, come è la carne porcina, & il pane, come dicemo, preparato, quali cibi i

ueri

ueri. Athleti soli usano. Perche se alcun priuato non essercitante usasse tali cibi, presto di souerchia abondāza amalarebbe: si come un'huomo datto à gli essercicij uolesse cibarsi d'herbe & di sugo di ptissana, in breue tutto il corpo suo si consumerebbe. Et se alcuno di noi priuati usasse il pane, qual dicemmo, gli Athleti usare, da quello si criarebbe molto sugo grosso & freddo, quale è quello che crudo humore suolemo addimandare. Egli è ben uero che l'humor flegmatico è crudo & freddo, ma non però è anchora grosso, hauendo in sè molta humidità, & essendo spirituoso & flatulento. Ma l'humore propriamente crudo nomato, è simile al sedimento che nelle orine si uede alla marcia somigliante: benche la marcia è fetida & uiscosa alla quale il crudo humore quanto alla grosseza & al colore solamente s'assomiglia, non essendo egli ne fetente ne uiscoso. Niente dimeno questo tal humore non solamente appare nelle orine de'febbricitanti, ma anchora ne i sani, i quali faticati essendo pigliano cibi duri & difficili à digerire. Ma degli altri diremo poi. Et perche ci habbiamo proposto à disputar del pane, dichiamo, oltre le cose gia dette, anchora queste. Il migliore di tutti è quel pane che nel forno si cuoce, nel sudetto modo cotto, & alla cottura preparato. A questo segue, quello, che ne i testi si cuoce, ma pure nel predetto modo stagionato. Il quale pche dentro nō si cuoce, come il cotto nel forno, pcio è di bontà inferiore. Quello poscia che sù la graticella si cuoce, ouero in calda cenere, ouero sul pauimento del fuoco, il quale in uece di forno s'usa, è in ogni modo uitioso, come inugualmente stagionato.

perciochè la parte sua esteriore è sopra modo cotta & come arsa, & le parti interiori sono crude. Ma quello si chiama subcineritio per essere sotto la cenere cotto, perche partecipa della uiciosità di quella, percio quanto s'appartiene alla cottura, presupponendo che nel rimanente ritenga le sudette conditioni, dirai ch' egli fosse de tutti il piggiore. Perche le cose delle qual si tratta, si debbono secondo quel senso pigliare, solamente, nel quale intra loro paragonate sono discrepãti. Conciosia che se le differenti in molti modi siano intra loro parangonate, otteneranno integralmente tutte le cose loro priuatamente attribuite. Per tanto delle differenze del pane sia basteuolmente detto.

Di certe altre schicciate formentaccie nomate. Cap. II.

Sarebbe Oportuno à dire dell'altre schicciate le quali con farina si fanno di formento le nomate adũque da gli Attici taganite cioè ĩpatella fatte, et dalli Greci Asiani taginite che tanto uale, cõ olio solo si preparano. L'olio s'infonde separatamẽte nella padella à chiaro fuoco posta, dapoi quãdo egli è riscaldato ui si giõge farina di formento cõ molta acqua dislattata, la quale mentre con esso olio si cuoce s'incorpora, & à guisa di recente cascio si coagula. All'hora il cuogo la uolta sossopra, si che la parte superiore si faccia inferiore, & tocchi anch'essa della padella il fondo, & la inferiore già ben cotta si faccia superiore. Et quando detta parte sia appresa di nouo due & tre fiate si uolta, fin tanto che tutta sia ugualmente cotta. Onde si fà chiaro, ch'ella è di grosso nutrimento, & costipa

costipa il uentre, & genera humori crudi. Per tanto alcuni con esso lei mescolano alquanto di mele, & altri sal marino. Et questa sarà una maniera, ò spetie che dir uogliamo, di schicciate. Come ne sono molte altre, le quali i rustici & i più poueri cittadini sogliono far all'improuisa. Pertanto & tutte quelle schicciate le quale senza fermẽto nel forno si cuoceno, & poi che ne sono tratte subito si gettano in caldo mele, affin che il riceuano in ogni sua parte, sono anch'esse una certa spetie di schicciate, & oltre di cio quante con mele si fanno de conditi pastamenti.

De alcuni altri pastamenti uariamente conditi da Greci detti iria. Cap. III.

Due spetie sono de tali condimenti, l'una si chiama Rhyemata, chi sono i piu nobili, l'altra chi sono i più uili, Iachana. però quelli chi di questi, e di similagine si fanno tutti sono di grosso sugo, & di tarda penetratione, & oppilano i meati del fegato, & aumentano la imbecillità della milza. Et nelle reni generano calculi. Ma sono molto nutritiui, quando che siano ben digesti, et in buõ sangue ridotti. Qualli poscia che con mele si fanno, sono di mediocre uirtù, come participãti il sottil sugo di esso mele, il quale assotiglia tutte le cose, che con esso lui si cõpongono. Per il che tutti que cibi che riceuono mele copiosamente, nelle lor cõpositioni, & che siano stati longamente cotti, generan suco di sottilità & di grosseza misto, & sono à smaltir men duri, & generan humore intra'l suttile è grosso mediocre: dapoi al fegato, alle reni, alla milza, ne i sani sono men noceuoli di quelli chi senza mele si

le si preparano. Ma a quelli c'hauessero principio d'oppilatione, ò d'imfiammagione, ò di durezza, non sono di quelli men nocevoli, & alle uolte sono anchora men noiosi, & sopra tutto, quelli che di farina sono tegnente. Perche il sugo che da quelli si genera, non solamente per la grossezza sua, non può penetrar oltre, ma anchora dentro ne i confini di uasi suttili intorno à guisa di smalto appiccato sifattamente s'impinge, che con fatica si rimoue. Tal che quel interiore che cosi è offeso, sensibilmente quelli, chi cosi sono indisposti aggraua, essendogli bisogno dell'aiutorio de' cibi & potioni sottiglianti, ma altroue habbiamo scritto un libro della dieta sottigliante. Nientedimeno niuna di quelle cose in tal modo preparate offende ne il petto, ne il polmone. Ma di cibi generanti humori grossi & uiscosi parlaremo anchor altroue. Questo parlamento richiede che ti ricordi oltre le cose, che dette habbiamo le facultà del pane, perche quello continuamente usiamo: ne sarà male quanto s'è detto sommariamente ripetere. Quello adunque tra tutti sarà perfetto et salutare all'huomo, il quale giouane non sia ne essercitante, che sia benissimo in alto cresciuto, & benissimo salato, & dal pistore ben lisciato, prima che si rotondi & si cuoca, & come dicemmo, nel forno cotto mezzanamente caldo. La misura poscia del sale & del formento la giudicherai al gusto. Perciothe quello che eccederà nella mestura il modo, sarà uitioso. Intanto adunque si douerà crescere di questi la misura, in quanto il gusto non discerne ingratitudine alcuna.

Dichia-

Dichiaratione del pane lauato. Cap. IIII.

Gli inuentori del pan lauato, in uero truouorno un cibo men nutritiuo: ma tuttauia luntano da generar oppilatione, conciosia che questo pane non ha in se sugo grosso ne uiscoso, come quello che di terrestre è fatto aereo. La leggerezza sua si comprende parte dal peso, & parte perche pesto nell acqua non ua à fondo, ma à modo di souero ua à galla. Ma quel cibo che preparan i nostri uillani di molta farina di formento con latte cotta, saprai essere del numero degli oppilatiui. Si come adunque questi cibi tutti sono di buon sugo & molto nutritiui, cosi offendono quelli che di continuo gli usano, causando ne i figati loro oppilationi, & nelle reni generando calculi. Conciosia che il crudo humore facendosi uiscoso, & essendo la uia delle reni in alcuni naturalmente stretta, iui la parte piu grossa & tenace longo tempo dimorãdo legermente degenera in toffo simil à quello, che ne i uasi, ne i quali l'acqua si riscalda, si condensa, & quale alle pietre spesse fiate s'attiene nell'acque calde che spontaneamente nascono. Ma conferisce à cio principalmente il temperamento delle istesse reni, quãdo la calidità loro sia fuocosa, & acre. Di questa spetie sono anchor le gomme, che ne gli Arthritici si concreano. Percio che le superfluità che ne i corpi si ragunano, sempre scorrono alle parte più debole, & in esse causano quelle infermità, che sono alla natura lor conformi. Ma di ciò un'altra fiata si ragionerà, quando trattaremo del latte & d'ogni suo uso, & anchora quando si tratterà di cibi di grosso sugo. Per

che

che sono anchora altri cibi i quali ritengono la facul tà istessa.

Della Alica. Cap. V.

L'alica è della generatione de' formenti: contiene in se suco molto nutritiuo & uiscoso: uoglia che in acqua solamente lessa con uin molto si pigli, ò con uin dolce, ò anchora costrettiuo: perche ciascheduno di questi è accio oportuno: ouero fritta si pigli con olio & sale: alle uolte ui si mette alquanto d'aceto. Et in tal modo preparata l'alica dicono i Medici, essere stata la preparatione della ptissana: & altri dicono della ptissana d'Alica esserne stati nutriti gli amalati. Et alcuni di Medici antichi, come Diocle & Philotimo, chiamano l'Alica cosi preparata ptissana di formento. Per il che il nome suo è rare fiate da gli antichi usitato, come anchora il nome sitanio, perche il chiamano per nome commune cioè formento. Ma s'e detto nel libro d'Hippocrate della dieta intitolato, il pane d'Alica essere molto nutritiuo. Et anchora s'è detto la similagine e l'Alica cotta esser cibi gagliardi, & nutritiui. Et percio bisogna guardarsi dal molto uso loro. Et cio à quelli di quali il fegato è ad oppilarsi pronto, ò le reni sono habili à generar calculi. Ma spetialmente fà dimestiero aduertire alle sorbitioni dell'Alica lauata. Perche il sugo loro cosi con l'acqua mescolato, essendo bisognoso di longa cottione, inganna i cuoghi, parendo loro basteuelmente cotto. Ne poco nuoce à gli amalati à iquali egli si prepara. Perche presto s'appre & s'cincrassa, per essere a guisa di colla uiscoso. Bisogna adunque con molta acqua me-

qua mescolarlo, et su le bracie cuocerlo, molto agitandolo, fin che sia ben cotto, & all'hora con sale condirlo ancora. Et se fin da principio si condira con olio, cio non nuocera niente. Et questo sia detto incidentemente, essendo ciò alla medicina curatiua, non al presente negotio pertinente. Ma à i sani, qualunque uolta per gran rodimento di uentre, ò per flusso di molti humori biliosi, o per qualunque simil cosa causato, hauran bisogno di sorbitione, darai à sorbere l'alica tanto lungamente cotta, che ella sia disfatta, & poscia colata, & cosi preparata che al suco di ptissana colato s'assomegli. In tal maniera anchora si prepara l'Alica lauata.

Del formento in acqua lesso. Cap. VI.

S'io anchora non hauuessi alcuna fiata mangiato Formento in acqua lesso, non haurei creduto che egli s'usasse in cibo. Conciosia che ne anco in tempo di caristia alcun usarebbe tal cibo, hauendo copia di formento per farne pane. Et nelle cene si come si mangiono i ceci & lessi & fritti, in uece di confetti, & alcune altre semenze alla medesima foggia preparate, non pero mai s'usa il formento lesso. Ma essendo io una fiata con due giouani della mia età con meco ito in uilla, laquale era dalla città lontana; truouai che i uillani haueuano gia cenato, & essendo le donne in punto per far pane, che non ne haueuano, uno d'essi ponendo del formento nella pentola, il fece cuocere, dapoi hauendol con sale mezzanamente condito, ci essortò à mangiare, & erauamo costretti di farlo, come è da credere, hauendo noi caminato, & hauendo fame hora ne mangiamo assai buona quantita & sentemmo

mo nel uentre una grauità, che ci pareua hauerui den tro loto. Il giorno seguente non hauendo noi digerito, & essendo senza appetito, per tutto il giorno non potemmo mangiar niente, & erauamo di uentosità ripieni, con dolor di testa, & ci caligauano gli occhi, & cio perche il uentre niente ci rispondeua, il che nelle crudità è unico rimedio, Per tanto addimandaua alli villani, s'essi mai hauessero mangiato formento lesso, & come si sentessero disposti qual'hora ne hauessero mangiato. I quali risposero spesse fiate hauerne mangiato, tutti dalla medesima necessità che noi: & essere il formento cosi preparato un cibo graue & difficile à digerire. Ma cio si poteua anchor senza isperienza facilmente conoscere. Conciosia che ne anco la farina sua mangiata, come disopra dicemmo, è facil'à digerire, quando la non sia hora con sale et fermento, hora con mistura, hora con lisciatura, & hora col forno stagionata. Onde chi non intenderebbe il formento non preparato essere à digerir durissimo ma in uero il formento è cibo molto potente, se cosi mangiato si digerisce, et fortemente sustenta il corpo & presta forza mirabile a chiunque l'usa.

Del Amido. Cap. VII.

L'Amido si fa di formento, & ha uirtù di far tersi i corpi ruuidi. Ma quest'opra è commune à tutte le materie di corporatura secche, & che non hanno in se costrittione, ne acrimonia, ne alcuna altra manifesta qualita. Chiamansi queste materie meritamente insipide, essendo quanto al senso tali. L'acqua è tale intra tutte le materie liquide. E l'Amido simile di faculta al

pane

pane lauato. Perche nutrica meno del non lauato, ne anchora riscalda, si come ne anche quello, la onde tutti gli altri riscaldano. Ma non e gia l'Amido da comparare co' formenti in acqua lessi. conciosia che quegli & molto riscaldano, & nutriscon molto, se siano ben digesti, il che, come dicemmo, è difficile.

Dell'Orzo. Cap. VIII.

Questo seme anchora e molto usitato da gli huomini, nō però è di uirtù pare al formento. Percio che questo manifestamente riscalda, la doue quello nō solamente non riscalda, come alcuni i quali sono mezzani intra le cose che riscaldano, & che refrigerano, qual'è l'Amido, el pane lauato; ma non gia come s'usi, ò che per essempio, sene faccia pane, ò ptissana, ò polenta, si manifesta hauer certa uirtù di refrigerare. Oltre di cio discorda dalla natura del formento nella forma del sugo, il quale da l'uno & l'altro si suol generare. Percio che il formento in noi genera sugo grosso & uiscoso, & l'orzo tenue & astersiuo. Onde in qualunque modo preparerai l'orzo, mai iscalda il corpo, ma uariamente secoudo la preparatione inhumidisce & dissecca. Percio che si uede la polenta fatta d'orzo manifestamente disseccare: Ma la ptissana intumidisse, quando la sia, come si debbe, preparata. Cioè quando nel cuocerla molto si sarà gonfiata, & poscia con lento fuoco aggiatamente sarà ridotta in suco. Ma quando ch'ella sarà ben gonfiata ui si mette aceto. Et quando sarà esattamente cotta poco di anzi che si mangi fa di mestiero, che ui si getti alquāto di sal tritto. Et se fin da pincipio ui mescolarai

olio,

oglio, niente nuocerai alla digestione. Niente altro ui si debbe mescolare, saluo se da principio ui uorrai mescolar alquanto d'aneto ò di porro. Ma ueggo la ptissana malissimamente da tutti i cuoghi prepararsi. Perche la pestano cruda nel mortaio, & senza cuocerla al fuoco la dissoluono. Sono alcuni, i quali ui mettono Amido, accio che per la dicottione ella appaia assai bene in sugo esser ridotta. Questa tale ptissana non senza causa e uentosissima, & sommamente à digerir difficile. Ma conuien ch'io dica quanto della uera preparatione ho trallasciato. Primieramente l'orzo crudo nell'acqua si macera un poco, & poscia messo nel mortaio con le mani si frega, tenendo qualche cosa aspera, come sarebbe la ginestra, con la quale si fanno calzari à giumenti, & tanto si debbe fregare, che la prima guscia se ne leui. Perche quella sottil guscia, nella quale egli si contiene, non tutta nel pestarlo si gli toglie. Però primieramente egli si macera, & in mortaio si pesta. Et se del tutto non si purga dalla guscia, la ptissana sarà tanto più astersiua, ne percio ritiene ella nocumento alcuno. Ma pessima è quella, nella quale i cuoghi hauendo prima l'orzo crudo nel mortaio con acqua pesto, mettono uin cotto. Ma altri ue giongono mele & comino, facẽdo essi piu presto che ptissana un zabbaglione. Ma quella che rettamente sia preparata senza dubio prestarà tutte quelle commodità da Hippocrate commemorate cosi à i sani, come à gli amalati: conciosia cosa che, come egli dice, la uiscosità sua è molle, continuata, gioconda, lubrica, & moderatamente humida, leua

la sate,

la sate, & è buona à purgare, quando che sia bisogno non è costrettiua, ne torminosa, finalmente gonfia il uentre, essendosi nella dicottione rigonfiata & tumefatta quanto più fosse possibile. Et questo basti al presente hauer detto della uirtù della ptissana, non uolendo noi dar modo di medicare, ma solamente esplicar la uirtù de gli alimenti: quantunque nel corsò del parlar nostro habbiamo ancora alcune utilità loro insegnato.

Del pane ordeacio. Cap. IX.

Hora sia opportuno passar al ragionamento del pane ordeacio, il quale non altrimente si prepara, di quello di formento. Ma non solamente egli è di quello di formento più solubile, ma ancora più dell'olirino, & più ancora del tifino, non hauendo egli in se come quelli uiscosità alcuna. Onde si fà chiaro, ch'egli puoco nutrimento porge al corpo, & specialmente quando si fa del più tristo orzo, del quale Hippocrate non uuole ne anco che si faccia la ptissana, perche cuocendosi non rende molto suco. Ma quello è sopra tutti lodato, il quale poscia che egli è pesto, si uede bianco. Et è densò & ponderoso quanto può esser l'orzo. Et in uero quello che è pieno, & la cui superficie esterio re è liscia, è del gracile & rugoso migliore. Et questo ti sia segno commune à tutti i semi: saluo, se alle uolte la grossezza loro fosse molto maggiore, che si conuenga alla natura loro, & se piu molle fossero & più passi. Perche tu dei sapere quegli hauer humor superfluo, & essere di su detti peggiori. Per tal ragione non bisogna usarli subito che sian raccolti, ma de-

bonsi ne i luoghi secchi riposti lasciargli, affine che tra tanto il superfluo humore parte eshali, & parte si maturi, tanto che dessiccati si costringano. Percio che escie dalle piante, dalle semenze, & da i frutti, primieramente cio che in essi è di acquoso & tenue, & poscia alquanto di natural humore. Ne perciò sono del tutto tristi, perche la sustantia loro sia più secca del douere, & siano di bontà à quegli inferiori, i quali sono in colmo di bona habitudine. Anzi sono più utili à certe dispositioni, le quali hanno bisogno d'esser desiccate. Ma quegli che uecchiamente furon riposti, sono di uirtù molto debole. Il termine di questi ancora sia, che quando si diuidono cade da essi loro come un sottil poluere. Per tanto osseruarai in tutti quanto generalmente hora s'è detto. Perche maluolentieri ripetisco le istesse cose, se non quando bisogna ripetere sotto breuità alcune cose per tenerle in memoria. Ma per tornare al pane ordeacio, del quale è il nostro presupposito, dichiamo di questo anchora esserne alcune differenze simili à quelle, che del pane di formento poco dianzi habbiamo referite. Ogni pane ordeacio molto meno nutrisce, di quello di formento, Niente dimeno quello che si fa d'ottimo orzo, è meno di questo à quello inferiore. Ma quello che di leggiero et flaccido orzo si prepara, riescie simile à quello di crusca. Il pane che si fà di tal orzo, senza dimora scende giù pel uentre. Il che a gli altri anchor'accade, à quello di formento comparati. Ma le preparatione del pane d'orzo le quali intra queste si contienono, sono le istesse che del pane formentacio habbiamo dette.

Della polenta. Cap. X.

Del orzo recēte mezzanamente fritto si fa polēta lodatissima, p bisogno del quale alle uolte d'altri grāi anchora si suol fare. Et essendo ogni polēta cōueniente mente preparata di soaue odore, quella è odoratissima, la qual sia fatta d'ottimo & recente orzo, et che non habbia la spica molto arida. Sogliono molti in stato di sanità per due ò tre hore la' state innanzi al bagno berla cō sapa, uino dolce, & mussa in siememente mescolati, alle uolte anchora con sola acqua diguazzata. Et dicono sentirsi dalla sete liberare. Tutta uia se con uin austero sia beuuta diffecca il uentre. Ma alcune natione usano la polenta in uece di pane: il che ho io ueduto in Cypro far i uillani, quantunque raccogli no formento assaissimo. Et gli antichi anchora dauano alli soldati la polenta. Niente dimeno i soldati Romani danando la deboleza di lei l'hanno disusata: perche presta al corpo poco nutrimento, il quale à gli huomini che otiosamente uiuono e basteuole, ma à quegli chi in qualunque modo s'affaticano, non rispon de per il bisogno loro. Di questo humido & fritto si fa il cibo chiamato Maza, del quale ragioneremo subsequentemente. Perche Philotimo anchora nel primo de gli alimenti hauendo di ciò diffiusamēte ragionato, non ha però espresso quanto in sto sugetto faceua di mestiero

Della maza. Cap. XI.

Ponsi conietturar le uirtu di qualunque cibo dalla sustantia di quello, prima che se ne habbia certa isperientia. Per cio che all'huomo intendente non è nascosto

la farina omnimodamente tenue & bianca, & pura d'ogni furfurea sustantia, nel uentricolo più presto & meglio alterarsi, & percio anchora meglio digerirsi, & più ageuolmente pel corpo distribuirsi, & a nutrir più habile, come quella che s'assomiglia, al corpo che da lei si nutre, & si gli appicca. Ma quella parte che in esso lei è furfurea, & dura, si come di fuori non si uede nell'acqua dissoluersi, cosi ne ancò nel uenttricolo humettata si dissolue, ma tutta si resta ammassata & indigesta, qual era stata presa. Questa adunque non si puo ne ben digerire ne distribuire, perche non è punto habile ad intrar nelle bocche delle uene, le quali al uentricolo & à gli intestini peruengono. Per le quali cose segue, che da lei si generi piu di superfluità, & più presto si smaltisca, si per il peso che dalla moltitudine prociede, come per hauer tutta la parte furfurea qualità astersiua. Vnde si fà chiaro à chi considera queste cose, tanto esser inferiore la Maza al pane ordeacio in nutrire, quanto questo à quello di formento. Perche abondando l'orzo per sua natura di molta crusca, essendo fritto ritiene quella istessa & piu secca, & à dissoluersi più difficile. Ma quella parte che è miglior di questa, dalla quale il corpo prendeua nutrimento, è anchor più secca, et però la Maza meno si digerisce del pane ordeacio, & più riempie il uentre di uentosità, & se molto iui dimora il subuerte anchora. Ma più facilmente si smaltisce, quanto più ella fia dirotta & lisciata, & se ui si gionge anchora mele, tanto più presto anchora mouerà il uentre alla egestione. Per tanto Philotimo si crede che da ogni Maza si generi sugo grosso, uiscoso, e freddo,

freddo, il quale da lui et dal maestro suo Prassagora ui treo si chiama. Ma il fatto nõ sta cosi: essendo che n'ancò la polenta tiene à uiscosita, la quale nella Alica spetialmẽte si cõprẽde, ne anchora è molto nutritiua. Ma l'inganna la Maza souerchiamente usata, & in uin dolce, & sapa lungamẽte macerata, la quale da lui come da gli Athenieſi è chiamata nitrita. Perche quello che da lei si fa simil alla pasta di formento, è tenace, & in modo di filo si tira in longo, si per essere longamente lisciata, come pel liquor grosso, qual con la polenta si mescola, ma si come il molto lisciare col humor grosso fà parer la farina grossa etiandio che la sia di meglio, parimente il suco della ptissana pare uiscoso, ma hauendo egli uiscosità alcuna, ne qualità emplastica, ma astersoria & incisiua. Il che si fa palese nella nostra pelle, leuandone egli le sordezze di lei. Et se poco da poi che l'haurai datta ad alcuno à bere il farai uomitare, purgherà lo stomaco dalla flegma, & pel uomito uscirà con quella insieme.

Della tifa, olira, & zea. Cap. XII.

Mnesitheo pone la tifa nel terzo luogo, cioè dopò il formento e l'orzo. Ma Diocle ne scriue assai negligentemente, uolendo egli più tosto essere compendioso & breue, che diligente & copioso. Costui ha scritto in questo istesso modo del formento, del orzo, è d'altre molte cose. Ma Prassagora & Mnesitheo hanno scritto di queste cose alquanto più diffusamente niente di meno n'anch'essi hanno sodisfatto. Philotimo ha scritto d'alcune cose assai copiosamente, ma in molte è stato digiuno, & alcune totalmente n'ha

 tralla-

trallasciate, come anchor la zea. Chiaro è che Pras sagora suo maestro non ne ha scritto niente, conciosia cosa che Philotimo non ha pretermesso cosa, la quale sia da quello stata detta, anzi molte ne ha corrette, & molte anchora aggiunte. Ma è cosa marauigliosa, che n'ancò colui che scrisse il libro della dieta ad Hippocrate attribuito, qual si fosse quel antico, non habbia della zea fatto mentione. Che se egli pensaua la zea esser la da molti chiamata tifa, doueua egli questo istesso far palese. Ma sarà forsi ben fatto ch'io riferisca anchora le parole loro. Diocle adunque nel primo libro della sanità à Plistarco, nel qual dichiara le uirtù di cibi, in questo modo scriue: dopò l'orzo, el formento di uirtù tra gli altri segue. La olira, la tifa la zea, il pannico, el milio. Ma in alcuni essemplari non si fà punto mentione di questo nome zea. Anzi in alcuni è scritto, utilità, & non uirtù, in questo modo: dopò l'orzo, el formento, quanto alla utilità, segue tra tutti l'olira, la tifa, il pannico, il milio, come se l'olira fosse seme di uerso dalla tifa. Ma Mnesitheo dice, che un sol seme è significato con due nomi, scriuendo in questo modo: tra i semi il formento è l'orzo è à nutrire habilissimo. Ma quello che segue per ordine à questi con due nomi si chiama, è niẽtedimeno è una sol cosà, perche altri la chiamano tipha & altri olira. Dapoi sòggiunge queste parole: dopo questi segue la zea, il milio, il pannico. A Diocle parue assai lo scriuere della tipha, & della olira, quanto hora habbiamo referito. Ma Mnesitheo poscia particolarmente scrisse di queste cose anchora primiera-

mieramente del formento & del orzo, poscia della tifa, scriuendo con tale parole: tra gli altri semi la tipha in uero è il migliore; perche nutrisce assai, & senza gran difficultà si digerisce. Ma niuno uniuersalmente senza danno della sanità mangia il pane di zea. Perche qualunque non assuefatto à tal pane quatunque poco ne mangi, amalarà, essendo egli graue, & à digerir difficile. Ma quelli chi habitan in paesi molto freddi, bisogna di questo grano nutrirsi, & seminarlo, perche gagliardamente fà resistentia al freddo. Et questi à poco a poco s'assuefanno à mangiarlo, si p esser cibo d'odor ingrato, si ancò perche in tali cõtrate nascono poche biade. Ma poscia che questo cibo è fatto famigliare, si rende ne i corpi facile à digerire. Ma in somma è da dire che la zea sia graue & à digerir difficile, forte, & membranosa. Con tali parole chiarissimamẽte ha dimostrato Mnesitheo, qual spetie di grano egli uoglia chiamar la zea, la quale in luoghi freddi si semina. Ma io in uero nõ ho uedute tutte le fredde regioni, ne ho inteso da altri che le habbiano uedute, essere un seme formentacio, che sia da gli habitatori chiamato zeia, ò zea, che all'un & l'altro modo si troua scritto, in altri terminando la prima sillaba in e & i, in altri in e solamente. Ma nientedimeno posso ben credere, esser stato possibilie, che i Greci habbiano cosi chiamato questo seme, ma che ì Barbari gli habbiano posto il proprio nome. Hauendo io ueduto in molti campi di Thracia, & di Macedonia, non solamente la spiga ma anchora la pianta tutta, simile alla nostra tipha asiana addimandai quegli homeni,

come la si chiamasse : & tutti mi risposero la pianta
istessa & il seme suo chiamarsi briza, con la prima sil
laba per tre lettere b, r, i, et la seguente per z, et, a,
& cio almeno nel caso retto, ma nel quarto con, n,
scritta. Fassi pane di questo grano di tristo odore, &
negro, essendo egli di sustantia, come scrisse Mne-
sitheo, membranosa. Ma s'egli hauesse soggionto, il
pane di questo farsi anchora negro, facilmente gli hau
rei creduto, questo esser quel seme, da lui chiamato
zea. Ne i frigidissimi luoghi di Bithinia, si chiama un
certo grano Zeopyron, senza quella lettera, i, nella pri
ma sillaba, come appresso Homero, Formenti, & zeia,
orzo bianco è fecondo. Ma di questo si fa pane più bi-
anco di quello che si fa di briza in thracia ouero ĩ Ma
cedonia. Et si come il nome istesso Zeopyron dell'uno e
dell'altro cio è del nome zea & pyron, cio è formento
cõposto, cosi anchora la sustãtia sua è ad un certo modo
tra l'un & l'altro mezzana, come s'ella fosse di amen-
due composta. Percio quanto egli è più inferiore al
formento, tanto è della briza thraciana piu prestante.
I nomi delle citta, oue nasce questo grano, sono Ni-
cea, Prusca, Cassiopoli, Claudiopoli, Heliopoli, & Do-
rila, la quale è della Phrygia asiana ultima terra. La
Phrygia istessa anchora ha vn simil grano, che ne i cã
pi nasce, come anchora alcune altre città finitime. Ma
si può ueder il pane, che si fa di cotesto grano, esser tan
to miglior di quello che si fa di briza, quanto egli è à
quello che si fà di formento inferiore. Fece mentione
della zea anchora Theophrasto, nel settimo libro del
le piante, cosi scriuendo : intra quelli che s'assomigli-
ano

ano all'orzo et al formento, come la zea, l'olira, la tipha, la uena l'egilope, la zea è la più forte & frutuosa. Mette ella molte radice & profonde, & crescie con molta & grossa paglia, ma il frutto è leggerissimo, & à tutti gli animali giocondo molto. Da poi soggionge: la tipha è tra tutti leggerissima, perche ha i n sol gambo & sottile, per il che richiede terra magra & non come la zea fertile e grassa. Dapoi soggionge: sono questi due cioè la zea e la tipha, al formento somigliantissimi. Et tãto della zea scrisse Theophrasto. Ma Herodoto nel secondo scriue queste parole: molti uiuono di formento è d'orzo: ma appresso à gli Egitti si tiene à uergogna, l'usar questi in cibo, ma usano la olira, la quale altri chiamano per z, zea. Dioscoride nel secondo della materia medicinale scriue queste parole: sono due spetie di zea, delle quali l'una semplice, l'altra decoccion si chiama, perche contiene il grano in due tuniche, ò guscie che dir uogliamo, rinchiuso. Nutrisce più dell'orzo, & è grato allo stomaco, ma fatta in pane è meno del formento nutritiua, ma il chiamato Crimenon è piu grosso della farina, per cagione della sua macinatura. Questo si fa quando di zea, quando di formento, et di quelle poscia si fa pultiglia. Egli assai nutritiuo, & facile à digerire, ma quello che si fa di zea, è piu costrettiuo, & massime se prima fia arrostita. La olira anchora è della medesima spetie, che è la zea, ma tolta ugual quantità, nutrisce meno. Et questa si fa in pane, et di lei parimente si fa crimeno. Ma della zea sottilissimamente macinata si fa anchora l'Athera. Questa e una sorbitione à guisa di pultiglia liquida

alli

alli fanciuli conueniente, & usasi anchora per cataplas
ma il trago ha il seme alla Alica somigliante, ma nu-
trica molto meno che la zea, per hauer egli piu de pol-
uere & guscia. Et percio è anchora piu facile à digeri
re, & piu leggero à smaltire. Hor della zea sia detto à
bastanza. Ma in uero potrebbesi alcun marauigliar di
Mnesitheo, che egli non habbia conosciuto quanta dif
ferenza sia tra l'olira, e la tipha. Conciosia cosa che
amendue abondantissimamente nascono nell'Asia, mas
sime nella parte à Pergamo superiore tal che i uillani
usano farne pane, perche i formenti nelle citta si ragu
nano. Il pane olirino è ottimo dopo quel di formento,
quãdo di buõa olira sia fatto, il secõdo luogo dopo que
sto è del tiphino, ma se quello di trista olira sarà fatto,
il tifino non gli sara inferiore, & se la tifa sarà della
migliore, il pane tifino caldo sara miglior del olirino,
ma riposto diuenta di quel peggiore. Perche essendo di
pasta piu tenace, grandemente s'indurisce, & massime
quando negligentemente si prepara. Et perciò chil
mangia dopo un giorno ò due, & maggiormente dopo
più giorni si sente aggrauar il uentre come di loto. Ma
essendo anchor caldo aggradisce etiandio à cittadini,
con certo cascio preso, il quale usano essi chiamare
oxygalactino. Ma bisogna che questo anchora sia
tenero, et che il pane sia di recente tratto del forno.
Quello adunque che cosi è cotto, non solamente à uil-
lani, ma à cittadini anchora è aggradeuole. Ma quel-
lo di tre ò quatro giorni anco alli uillani riescie ingra-
to. & à digerire piu difficile, & à scendere più tardo
del caldo, il quale non è da tal accidente accompagna
to.

to. Ma quanto alla egestione è molto al ordeacio inferiore ben che non cosi si biasima, come il migliacio. Anzi nudrise anchora sufficientemente mentre che egli e caldo. Di modo che egli non è à quello di formento fatto di tutta farina inferiore. Ma il grano della tipha ha la guscia esteriore come l'olira & l'orzo anchora. Ma isgussato si fa in pane, che vulgarmente s'usa. Mangiasi anchora in acqua lesso, come il dalli uillani detto apohtermo, con sapa condito Et alle uolte anchora con sale si mangia, si come io dissi hauer già mangiato il formento. Ma della meglior olira quãdo che la sia accuratamente isgussata, ne fanno il trago il quale molti usano lesso in acqua, & poscia gettatane uia l'acqua, mettendoui sapa, ò uin dolce, ò molso, & appresso pignoli nell'acqua macenati tanto, che siano benissimo tumefatti. Ma alcuni dicono questo grano comprendersi nella generatione dell'olira, ma non essere della medesima spetie. Sono anchora molti altri grani, tra loro somiglianti, li quali però nõ sono sotto la medesima spetie di predetti: li quali parte tra l'orzo e la tipha, parte tral'olira e la tipha, parte tra'l formento e l'olira sono mezzani. Ma molti s'auuicinano alla natura chi dell'olira, chi del orzo, chi della tipha, & chi del formento, si come altri ritengono il nome quali del panico, & quali del miglio: altri però simplici come nella italia, altri composto, come in Cappadocia il chiamato gymnotrichon, cio è orzo nudo, & nella Bithinia il zeopyron. Ma sia meglio lasciar di dire non solamente di nomi, ma anchora di grani, & far un discorso di tutti uniuersale. Tutti quegli adunque

que che in poca quantita sono di molta sustantia, & questa grossa e tenace, quelli, dico, sono d'ottimo sugo & nutrimento, non però ageuolmente si smaltiscono. Ma all'opposito, tutti quelli che di sustantia sono inane & molle, & le parti loro sono furfuracie, più ageuolmente si smaltiscono. Ma nutri con meno. Et di questi tali tutti quelli chi sono di trist'odore, et al gusto ingrati, senza dubbio sono di tristo sugo, & difficili a digerire. Ma che in poca quantita molta sustanza si comprenda, cio conoscerai, si dal peso alla statera pesandoli, come dalla quantità della farina. Per cio che da poca quantità riescie molta da que grani, chi sono di sustantia piena & densa. La differentia poscia quanto alla calidità & frigidità, prima che si mangino & entrino nel corpo, potrai pigliarla, dal colore e dal sapore, e dal uso che hanno estrinsecamente applicato. Ma poscia che sono entrati nel corpo si discerne esattamente dal senso. Che si scopre nel uentre di chi gli mangiano, se la cosa mangiata riscalda, ò refrigera, ò non faccia ne l'un ne l'altro euidentemente. Ma naturalmente il colore dell'orzo e dell'olira e bianco, ma del formento è rossigno. La tipha è piu rossa del formento, et il corpo di lei è denso e riserrato: et forsi che questo conferisce nō so che alla picciolezza del grano, perche ella è non poco di grandezza al formēto inferiore. Ma alcuni hanno compreso questo grano sotto al formento. Et quel detto d'Homero di caualli, oue Hettor parlando loro disse: uoi erauate i primi, à cui porgeua, il soaue formento, uoglion s'intenda del grano della tipha, argomentando che la tipha e un picciol formento, &

to, & questo darsi in cibo à caualli senza nocumento. Et non senza ragione alcun chiamaua la tipha picciol formento, essendo à quello simile, & nel colore, & nel la densità, & nella efficatia del calore.

Della vena. Cap. XIII.

Questo grano nasce in Asia abondantemente: & spetialmente nella Misia à Pergamo superiore, doue la tipha anchora, è la olira uiene copiosamente. Ma è cibo da giumenti, non da huomini. Saluo se alle uolte per caristia sono sforzati à farne pane. Ma fuo ra di caristia mangiasi lesso nell'acqua, con uin dolce, sapa, ò molso, come anchor la tipha. Partecipa an chora del calore, come quella quantunque la non sia ugualmente dura. Onde presta al corpo manco nutri mento. Ma per altro il suo pane è insoaue, non però costipa il corpo, ne l'amolla, ma è intr'ambidue col-locato.

Del Miglio Pannico. Cap. XIIII.

Fassi alle uolte anchora di questi pane, quando manchino le dette biade. Nientedimeno il pane che di queste si fà, e di poco nutrimento e freddo. Il che manifesta l'essere à guisa d'arena solubile, come quel lo che in se ne grasseza ne uiscosità contiene. Tal che meritamente il corpo humido dissecca. Ma i uillani cuocono la farina loro, poscia condendola con grasso di porco, ouero olio, la mangiano. Ma il miglio è del pannico ad ogni uso migliore. Et è più soaue à man-giare, e facile à digerire, & costringe men il uentre, & nutrisce meglio. Sogliono anchora i uillani man-giarla cotta nel latte, ma in altro modo che quella di

formento

formento. Onde si fà chiaro, questo cibo per se solo tolto, tanto esser migliore, quanto il latte e in generar buon sugo, & in tutte l'altre cose, alla natura d'amendue anteriore. Intendo tutte l'altre cose, la digestione, la egestion del uentre distributione, la dolcezza, giocondità nel mangiarlo. Conciosia che in questi grani non e giocondità alcuna, massimamente nel pannico, al men in quello che nella nostra Asia uiene essendo in altri paesi, come nella Italia nasce assai migliore.

Di legumi. Cap. XV.

Chiamano legumi quei grani, che s'usano in cibo, & de'quali non si fà pane, come sono faue, pesegli, ceci, lente cruda, lupini, riso, robiglia, cicerchia, araco, arabea, fagiuoli, fien greco, lente cotta, & altri tali. Della uirtù de'quali per ordine si trattarà, accio che quelli s'usino, ì quali saranno conosciuti men nociui.

Del riso. Cap. XVI.

Vsano tutti questo cibo à costipar il uentre, cuocendolo à modo d'Alica, ma e più malageuole a digerire dell'Alica, & nutrica meno, come ancora a mangiare di soauità e à quella molto inferiore.

Della lente cruda. Cap. XVII.

Ne di questa alcun fà pane, per esser arida, & solubile, hauendo la guscia stiptica, & quello che e in lei come carne, è di succo grosso & terrestre, & contiene alquanto di qualità costrettiua, della quale la guscia molto partecipa. Ma l'humore che v'è dentro, come dinanzi ho detto, è al costrettiuo repugnante.

Onde

Onde se alcuno cuocendola nell'acqua, pigliasse la detta acqua, con sale, ò garo, ò con olio appresso condita, questa potione purgherà il ventre.

Della lente cotta. Cap. XVIII.

Ma la minestra fatta di lente, come di sopra dicēmo, due fiate cotta, ha virtù al succo contraria, come quella che dissecca il flusso del ventre, & corrobora lo stomaco, gli intestini, & finalmente tutto il corpo. Per il che è cibo à celiaci, & dissenterici, oportuno. Ma cotal minestra fatta di lente pilata, si come si spoglia di quella molta costrittione, e di quegli effetti che à quella seguono, cosi nutrica meglio, di quella, che non è pilata, genera suco grosso & tristo, & è dura à smaltire: non però dissecca i flussi del corpo, come la non pilata. Onde meritamente n'acquistano la chiamata Elefantiasi, & il cancro, quelli che sopra modo in cibo l'vsano. Percioche i cibi di sustantia grossa & secca, sono habili à generar humore malinconico. Per tanto à quelli solamente, che hanno nella carne loro il mal'habito acquoso, si da le lente in ministra vtilmente à mangiare, si come à secchi e squalidi è molto dannosa. Parimente offusca la uista sana sopra modo dissecandola, & all'opposito alla offuscata è gioueuole. Ma ne alle cōsuete purgationi delle donne è conueneuole. Perch'ella fa il sangue grosso, & à correr tardo. Ma se fieno immoderate è vtilissima. Et conciosia cosa che la ptissana al men in questo li sia contraria d'ambedue insiememente composti si farà cibo prestantissimo, da i nostri chiamato phacoptissana, componendo ambedue non ad ugual

misra-

misura, ma manco di ptissana mescolandoui, come quella che fa molto suco, & crescie à gran misura, & la lente cotta à poca quantità riesce. Si prepara questo cibo, come la ptissana, saluo che ui gionge saturegia ò pulegio, il che si fà, affinche la sia più gusteuole, & si digerisca meglio, la doue la ptissana non li richiede, essendo dell'aneto, ò del porro contenta. Ma i cuoghi pessimamente la prepara à i potenti, condendola con sapa: conciosia che la lente non richiede mistione di cose incrassanti, ma piu tosto di cose humidi, & che incidino la grossezza sua. Ma quella con la quale si mescola la sapa, suol causar oppillationi nel fegato, & accrescie le infiamagioni di questo membro, e della milza, saluo, se con mele non si fa migliore. Et è cosa manifesta, ch'ella esacerba le durezze dell'un, e l'altro membro. Ma se vorrai cocer insieme carne porcina, trouerai la recente alla ptissana, & alla lente la salita proficua, si come la chiamata neale, cioè recentemente salita, la quale intra queste è mezzana, alla phacoptissana conueneuole, & quanto alla suauità, & quanto alla digestione. Ma nientedimeno la lente con carne salata mangiata magiormente aumentarà i grossi humori. Perciochе questa anchora genera sangue grosso & maninconico. Per tanto non bisogna souerchiamente vsarla, e massime quelli, ne i quali l'humor malanconico, ò grosso & in summa tristo sugo abonda, le medesime cose si debbono considerare delle ragioni, di tempi dell'anno, & delle constitutioni dell'aria, in qualunque cibo: perdonando a cibi grossi & melanconici nell'Autunno, & vsando-

gli

gli il uerno : si come & nella state i frigidi & humidi, & nella primauera, la quale è di mezzana temperatura, i cibi di mediocre facultà si debbono pigliare. Ma di mezzani non è una sol spetie, conciosia che sono tali, perche non participan punto de gli estremi, altri dalla mistura d'ambidue gli estremi ugualmente temperati acquistano la mediocrità. Ilche ho detto poco fa, quãdo alcuno con la lente mescola la ptissana. Similmente Heraclide Tarentino concedeua il cibo detto Theuthlophace, non solamente à i sani ma anchora à gli amalati. Perche sto cibo è di contrarii fatto mezzano. Peroche la Bieta meno, et la lente piu facilmente si smaltisce. Onde si fa chiaro, che'l sugo di questo cibo, pe'l corpo diffuso della natura d'ambidue è composto, della lente dico, & della Bieta.

Delle Faue Cap. XIX.

Vsansi le faue anchora in molti modi facendosi d'esse pultiglia hor nelle pentole liquida, & hor nelli tegami spessa. Euui anchora un terzo modo di preparar le, cio è quando si preparan con la ptissana. Vsano i nostri gladiatori, monomachi chiamati, questo cibo cottidianamente in gran quantita, per incarnar l'habito del corpo di carne non densa & soda, come la porcina, ma alquanto piu fongosa. Ma è cibo uentoso in qual si uoglia modo preparato, quantunque egli sia molto cotto. & nientedimeno la ptissana, quando si cuoce, ogni uentosità depone. Ma che aduertisce & osserua le dispositioni, lequali a ciascun cibo seguono, cõprende in tutto'l corpo una certa tensione, da uentosità grossa causata & spetialmente quando non sia à

tal cibo assuefatto: ouero quando mal stagionato si piglia. Ma le faue non hanno sustantia densa & graue ma lieue, et fongosa, et tiene del astersiuo, come la ptissana, perche e manifesto, che la farina loro toglie le macchie della pelle: il che sapendo i pulitori de gli huomini, & le donne, cottidianamente usano ne i bagni farina di faua, come altri il nitro & l' Aphronitro, & in summa cose astersiue. Con questa altresi abbelliscono la faccia, come con la ptissana, per che scacciano le lentigini della pelle, e la chiamata ephelide. Et per tal uirtù non tarda a scender giù pel uentre. Il che nõ fanno quelli che sono di grosso & uiscoso sugo, & che non hanno uirtù astersiua alcuna, come detto habbiamo della Trago, similagine, & amido. Ma essendo la pultiglia di faue uentosa, molto piu esse saran uentose s'alcuno le usara cuocendole intiere & sode. Nientedimeno se saranno fritte, come alcuni le usano alle seconde mẽse, in uece de frutti, è uero che lasciano quãto hanno di uentoso, ma sono piu malageuoli à digerire, & duramente si smaltiscono, & danno al corpo alimento di grosso sugo. Ma mangiate uerde, cio è prima che siano mature & secche, fanno quello che communemente fanno tutti gli altri frutti, i quali mangiati prima che siano compiutamente mature danno al corpo piu humido nutrimento, & per tanto d'iscrementi anchor piu copioso, non solameute ne gli intestini, ma anchora tutto l'habito del corpo. Onde meritamente queste tali faue nutrican meno, ma piu facilmente si smaltiscono. Ma molti mangiono le faue uerde, non solamente crude, ma anchora le cuocono con carne di por

co,

co, come si fanno l'herbe: ma in uilla con carne caprina & pecorina si cuocono anchora altri aduertiti della uentosità loro, ui mescolano cipole, quando ne fanno pultiglia nelli teganti. Et altri mangiono con seco le cipolle crude senza lessarle insieme. Perche quello che in tutti i cibi è uentoso, con cose riscaldanti & sottiglianti si corregge.

Della Faua Egiptia. Cap. XX.

La faua egiptia si come la nostra auanza di grandezza, cosi è de natura piu humida & iscrementosa. Ma se hai in memoria quanto s'è detto di legumi d'una istessa specie, ma di piu humida temperatura, & percio anchora di gia detti piu iscrementosi, & nella digestione, & nella egestion del uentre, & nella distributione, & nella nutritione, non fa di mestiero udir di questa faua, potendo tu da quelle cose che hai udite della nostrana, di questa far giudicio.

Di peselli. Cap. XXI.

I pesèlli ritengono una certa similitudine di tutta la sustantia con le faue, ma mangiati nelle medesime maniere che quelle in questi due modi sono differenti, cio è che non sono uentosi come quelle, ne hanno uirtu astersiua, & perciò piu tardi delle faue si smaltiscono.

Di Ceci. Cap. XXII.

Non usano molto i cittadini di far pultiglia de ceci, ma ho ben ueduto alle uolte prepararsi da villani, come anchora nel latte cuocersi la farina loro. Per che non si ponno cosi in fraguere, come le faue e i peselli, per farne il cibo da greci chiamato erygmos. Costumano molte genti mangiar i ceci cotti nell'acqua par-

te per se soli, parte con sal conditi. Ma i nostri fanno di formaggio duro non so che simil alla farina, il qual ui metton sopra, ma i ceci non son men uentosi delle faue, & sono molto piu che quelle nutritiui. Stimolan alla libidine, & credonsi esser dello sperma generatiui. Et percio i danno à mangiare à caualli stalloni à questo fine. E anchor in essi uirtu astersiua maggior che nelle faue: tal che alcuni d'essi rompono le pietre che nelle reni dimorano. Et questi sono neri & piccioli, quali spetialmente nascono nella Bithinia, e chiamansi Arietini. Ma meglio è bere la dicottion loro nell'acqua fatta. Vsansi anchora i ceci uerdi, cio è prima che sian maturi, come le faue anchora. Ma s'è ragionato poco fa generalmente di frutti non maturi, nel discorso fatto delle faue. Parimente credi hauer udito di ceci fritti, con quanto nel medesimo discorso s'è ragionato. Percio che tutte le cose fritte depongono il lor uentoso, ma diuentano piu difficili à digerire, & piu stiptiche, & danno al corpo piu grosso nutrimento.

Di Lupini Cap. XXIII.

Sappiamo questo seme anchora essere, come dicano i Greci, polichresto, nell'altra sua signification pigliato. Perche cosi si chiama & quella cosa, che à molte passioni del corpo si conuiene: & quella che à tutti gli huomini, ò alla maggior parte è utile, quantunque tutti siamo d'essa ad un certo modo bisognosi. Il lupiuo adunqne in questo secondo significato è legume molto usitato. Percio che lesso & poi in acqua dolce macerato tanto che diponga la natia ingratitudine, si mangia con garo, & Oxygaro, ouero senza es-

ſi anchora, mezzanamente coſi ſale condito, non l'orzo. Et altri cibi, i quali in uarii modi ſi preparano. Ma è di natura aſpra & terreſtre: per il che di neceſſità è difficile à digerire, & genera groſſo humore, dal qual non ben digeſto ſi concrea il propriamente nomato crudo humore. Ma nella decottione deponendo quanto in eſſo lui ſi conteneua di amaro, diuenta ſimil alle coſe, quanto al ſenſo di niuna qualità. Per tanto ragioneuolmente non è egli atto alla egeſtione, ne à prohibir il fluſſo, come le coſe coſtrettiue, ma è tardo à deſcendere, & difficil à ſmaltire, & à diſtribuirſi. Conciosia coſa che i Medici coſi chiamano que cibi, i quali non hanno alcuna eccellente qualità, la quale poſſa eccitar ò prohibir l'egeſtione. Quelle adũque ſono in eſſi non come alimenti, ma come medicine. Ma tutti quelli che non hanno alcuna manifeſta quantità, ſono da i Medici à ragion chiamati inſipidi, cio è ſenza qualità. Ma ſecondo il modo della humidità et uiſcoſità accade loro eſſere ò preſti ò tardi alla egeſtione, ò intra quelli mezzani: gli humidi & lubrichi preſto deſcendono, gli aſpri & ſecchi all'oppoſito. Ma quelli tutti che in tra queſti ſono mezzani, ſecõdo le dette differenze, nõ generan ne groſſezza ne ſabile, ne ſono tarde à ſmaltire. Si come adunque ſi conuien ſaper tutte queſte coſe di tutti i cibi generalmente, parimente conuien ſapere, che di queſti cibi gli di corporature liquidi, tutti danno al corpo poco nutrimento, & facilmente riſolubile, de modo che in breue il corpo ha biſogno d'altro cibo: ma i duri & terreſtri rendono nutrimento molto & ſodo, & malageuole à di

gerire. Ma s'egli anchora tiene à uiscosità, in uero tanto piu partorirà euidentemente questi effetti tutti. E anchora manifesto che tali cibi non sono facili à digerire, come n'ancò à conuertirsi in sangue, ne ad assomigliarsi alle parti sode dell'animale, & se così è n'anco à nutrir presti. Ma quando che sian dalla natura domati prestano al corpo molto nutrimento.

Del Fien greco. Cap. XXIIII.

Questo seme non solamente fien greco, ma anchora corno bouino, & corno caprino è da alcuni chiamato: & è di quelli che manifestamẽte riscaldano. Rende à gli huomini la istessa utilità che i lupini: perche l'usano con garo à lubricar il corpo. Ma è à cio molto piu habili che il lupino. non hauendo egli cosa dalla propria sustantia, che'l ritardi dalla egestione. Mangiasi anchora con aceto & garo, come i lupini. Molti anchora con uino, garo, & olio il fien greco & i lupini, & con pane, contenti di tal companatico, il quale come che meno purghi il uentre, nientedimeno non offende nel capo, come il fien greco ad alcuni suol fare, tolto con garo, ne anchora turba lo stomaco, il che fa in alcuni il fien greco. Al medesimo modo usano alcuni i fagiuoli, & la arabea di quali scriuerò poi, facendo un discorso à tutti questi commune. Mangiasi anchora il fien greco da alcuni prima che la piãta habbia produtto il frutto, in aceto & garo macerandolo. Ma altri mettendoui olio l'usano in companatico, con pane mangiandolo. Altri anchora con olio & garo s'el pigliano. Ma nuoce al capo tolto in quantità, & tanto piu senza pane mangiandosi, & ad al

tri conturba lo ſtomaco. Ma il ſuco del fien greco leſ ſo tolto con mele, è buono à purgare ogni triſto humore che ſia ne gli inteſtini, parte con la uiſcoſità ſua lubricando, parte col calore mitigando il dolore. Et perche egli è anchor participe della uirtù aſterſiua incita gl'inteſtini alla egeſtione. Ma il mele con ſeco meſcolato debe eſſer poco, perche la mordacità non habbia luogo. Ne i dolori poſcia del petto diuturni ſenza febbre ſi debbono cuocere con ſeco dattali graſſi. Et doueraſi iſprimere il ſuco, & poi con molto mele meſcolarlo, & di nouo ſu le bracie cuocerlo tanto che mezzanamente s'ingroſſi, & coſi ſi debbe innanzi paſto uſare.

Di Fagiuoli e del Ocro, ouero Arabea. Cap. XXV.

Queſti ſemi anchora ſi mangiano innanzi paſto, come il fien greco, prima in acqua macerati tanto che mettino le radici, condendoli con garo per lubricar il corpo. Il loro ſuco quando ſia digeſto, & diſtribuito pel corpo, è più nutritiuo, che'l fien greco. Ma io in Aleſſandria conobbi gia un certo giouane di profeſſione medico, il quale uſaua in companatico queſti quattro cibi, cioè fien greco, fagiuoli, arabea, & lupini. Vſaua egli anchora alle uolte parcamente oliue da Menephi, & herbe, e frutti, quanti ſi mangiono crudi, hauendoſi egli propoſto di non accender il fuoco. Coſtui adunque uiſſe in ſanità per tutti que quattro anni, & conſeruò l'habito del corpo ſuo in parte niuna deteriorato dello innanzi. E ben uero, che li mangiaua con garo alle uolte al garo agiungen-

do olio, alle uolte uino, alle uolte anchora aceto, & alle uolte con sale solamente, come i lupini anchora. Ma del uiuer salubre ne i libri della conseruatione della sanità diffusamente habbiamo ragionato: & sene dirà anchora sotto breuità nella presente opera. Ma aggiongasi anchor questo à quanto s'e detto della arabea & de fagiuoli, che questi cibi sono mezzani intra quelli che sono di buon & chi di tristo suco, & tra quelli che sono facili & difficili à digerire, & intra quelli, che sono presti, & chi tardi à smaltirsi, & tra i uentosi & non uentosi, & quelli che poco et che molto nutricono. Perche non hanno qualità efficace, come alcuni di quelli, che hanno sughi acri, ò costretiui, ò salsi, ò dolci, ò amari.

Della Cicerchia. Cap. XXVI.

La Cicerchia è di sustãtia simile alla arabea et à fagiuoli. L'usano assaissimo i villani nella nostra Asia, & spetialmente nella Misia, & nella Phrigia, non solamente à guisa della arabea, & de' fagiuoli, come in Alessandria, & altre città s'usa, anchora à modo di phacoptissana preparandola. Il suco suo è simil di uirtù alla arabea & à fagiuoli, ma è de corporatura più grossa, & per tanto è anchora di quelli alquanto piu nutritiua.

Degli Arachi. Cap. XXVII.

Truouamo l'ultima sillaba di questa parola araco per, c, nelle olcadde scritta a' Aristophane, oue dice, araco, fomento, ptissana, alica, [illegible] loglio, similagine. Ha il seme simil alla cicerchia: & alcuni pensano che egli non sia spetie da quella diuersa. Perche

l'uso

l'uso suo tutto, & la uirtu è à quella della cicerchia pare, se non in quanto sono piu duri, & à cuocere più difficili, & à digerir piu malageuoli gli Araci. Appresso di noi chiamasi un certo seme saluatico, rotondo, & duro, trouato nei grani, arachon, l'ultima sillaba non per c, ma per ch, proferendosi il qual sciegliendo gettano uia, come il seme dell'herba detta Securidaca.

Di Dolichi. Cap. XXVIII.

Il nome di Dolichi è stato scritto anchora da Diocle, tra i nomi di frutti che ci nutricano ma è scritto anchora nel libro della dieta ad Hippocrate attribuito, del quale ho gia fatto mentione. Ma stimo che cosi chiamino, il seme d'una pianta hortense, hora chiamata da molti nel numero del piu in due modi: perche alcuni il chiamano sillique, & altri faseoli per quattro sillabe questa uoce proferendo, facendol per tanto nome diuerso da quello per tre sillabe detto faselo. Ma dican alcuni, il faselo esser il medesimo che la cicerchia, altri essere spetie d'essa. Non dimeno quanto s'appertiene à i Dolichi, potrebbe alcun conietturare quegli essere queste piante hortensi, da quanto nel ottauo della Historia delle piante in questo modo ne scrisse Theophrasto: et altri sono di retto gābo, come il formento, e l'orzo, & in summa tutti i cibali & estiui: altri s'inchinano in lato come il cece la robiglia, la lente, altri uan per terra, come l'Arabea, i pesegli la cicerchia. Ma il dolito quando cō lunghe pertiche si sustenti, à quelle aggrappan losi ascende, & fassi piu fruttifero, altrimente riescie tristo & rugginoso. Da questo che egli uuole che si sustentino con longhe pertiche, & il dire che cio non

facendo,

facendo, essi diuentarebbono rugginosi, potrebbesi con ietturare, che egli uoglia intendere di quelli, che hora faseoli & silique si chiamano, ma chiama egli silique, quelle nellequali i grani de cotesti legumi si contengono, come lente, robiglia, pisello, faua, & lupini. Perche si come le spiche comprendono i grani de formenti, cosi le silique comprendon i già detti. Et in uero le silique cõprendono i dolechi. Et per questa ragione stimo io, che tutto il frutto sia da gli huomini hoggidi chiamato silique, come anchora tutti i frutti formentacii spiche si chiamano. Come sono anchora molte altre cose, le quali sono à gli huomini molto in uso, che han pigliato il nome di tutto'l genere, come il calamo, col qual scriuemo, & l'atramento. Hippocrate nel libro della dieta scrisse in questo modo: i pesegli sono men flatulenti, & si smaltiscon meglio ma l'Arabea et i Dolichi si padiscono meglio di questi, & sono men uentosi, & più nutritiui. Perche in queste parole i pisegli alle faue cõparando, delle quali già come di cibo uentoso haueua egli fatta mentione, et poscia scriuendo della arabea, & di dolichi, dichiara i dolichi essere della medesima spetie co' predetti semi, & spetialmente con la Arabea. Ma non hauendo egli fatto mentione alcuna, del la cicerchia, ne de' faseli, ci fa alquanto dubitare, che alcun de' questi semi potesse esser chiamato dolico cio è siliqua. Ma se nella generatione della cicerchia i faseli si comprendono, non si potrà fuggire, che nelle dette parole la cicerchia nõ si possa chiamare dolico. Diocle anchora nel catalogo di legumi hauendo primiera mente detto della faua, da poi di posegli, scriue immediatamente

diatamente in tal maniera: i dolichi nō nutrican meno di pisegli, ne altresi sono uentosi, ma quanto s'appartiene alla giocondità, & alla digestione gli sono inferiori. Ma facendo egli dapoi mentione della Arabea, lente, ceci & robiglia, & amettendo la cicerchia, ma fa similmente sospettare. Ma alcun potrebbe dire, tutti questi essere una istessa generatione, dico, la cicerchia, l'Arabea, i faseli, ma essere con piu nomi esplicati, come appresso à i greci Stilos & Kion che significan ambiduoi colonna, ma forsi distinti secondo alcune differenze, in essi loro apparenti. Ma che i dolichi non men nutriscano di pisegli, & manchino altresi di uentosita, ci fa chiari, che Diocle habbia chiamati dolichi quelli, che hora fasuoli si chiamano, pche la cicerchia non meno manca di uentosità che i pisegli, si come ne anco l'Arabea, ne'l faselo, uoglia che questi siano, come dissi, una istessa spetie, uoglia che siano desferenti è d'un istesso genere. Ma Philotimo & Prassagora nō han fatto mentione d'alcun de questi cibi, saluo delle faue, & de' peselli. Perche niente possiamo hauere da essi del nome di dolichi, à qual cosa s'adatti. Per tanto ogniun chiami come gli pare, quelli che hora sono da molti faseoli & silique chiamati, & sia la natura loro quale è stata da Diocle à i dolchi attribuita. Al parer del quale s'accorda Hippocrate nel libro della dieta, dicendo, l'Arabea & i dolichi essere più facili a smaltire, che i pesegli, & testifica questi essere men uentosi, & piu nutritiui. Et cosi è, saluo, che gli huomini per il più gli mangiano interi, & anchora uerdi co' baccegli insieme, cō olio & garo, & alcuni ne aggiongono uino

anchora. Ma questi non si ripongono come i pesegli, per la souerchia loro humidità, per cagion della quale si sogliono corrumpere. Ma s'alcuno securamente gli uolesse rippore, come mio padre faceua, bisogna esattamente disseccarli, perche cosi durano tutto'l uerno incorrotti & sodi, prestandoci la medesima utilità, che i piscelli, ma un mio amico, ilquale negotiaua in Roma mi diceua, che nella Caria patria sua, Ceramo nomata, si seminauano i dolichi ne i campi, non altramente, che tutti gli altri legumi, & essere la forma loro piu longa che delle cicerchie.

Dell'Orobo, ouero Robiglia. Cap. XXIX.

Mangiano i buoi la Robiglia appresso noi & altre nationi, primieramente nell'acqua raddolcita: ma da gli huomini è totalmente aborrito questo seme, percio che è ingratissimo, & di tristo suco. Alle uolte nelle gran Caristie, come scrisse anchora Hippocrate, per necessità s'usa questo cibo. Ma noi preparandola come si preparan ì lupini, l'usamo con mele, come medicina ispurgante del petto & del polmone ì grossi humori. Delle Robiglie manco medicinali sono le bianche di quelle che tengono à rossezza, ò à pallidezza. Quelle, che due fiate si cuocono, & piu fiate nell'acqua si raddolciscono, depongono la loro insuauità, ma con esso lei perdono anchora la uirtù astersiua, & incisiua. Tal che resta il terreno della sustantia loro il quale senza euidēte amaritudine disseccatiuo cibo diuēta.

Della Sesama, & Irione. Cap. XXX.

Il seme della sesama è grasso, et percio riposto presto si fa uliginoso. Per tanto prestamente riempie quelli, chel

che'l mangiano, conturba lo stomaco, et tardi si digerisce, & presta al corpo grasso nutrimento. Onde si fa chiaro, che egli non puo dare allo stomaco uigore, & fortezza, si come ne qualunque altra cosa grassa altresi. Ma egli è di succo grosso, & percio ne anche presto si distribuisce. Non s'usa molto da perse, ma con crudo mele facendone il cibo da molti sessamida chiamato. Si sparge ancor su'l pane. Ma si come il pannico anchora, ilquale dicemmo etiandio nomarsi meline, in quanto è simil al miglio, ma per altro a quello inferiore, parimente l'Irione quanto alla corporea sustantia è in un certo modo alla sessama simile, ma è cibo insoaue, & di menor nutrimento, & in ogni altra cosa piggiore. Nel rimanente l'un & l'altro è di calda natura, & per tanto genera anchora sete.

Della semenza del Papauero. Cap. XXXI.

La semenza del papauero domestico è utile sparso nel pane come cõdimento, a guisa di sessama. Ma e piu prestante il seme bianco che'l nero. Ha uirtù refrigeratiua, & percio è anchor sonnifero. Ma se in gran quãtita si piglia, è non solamente sonnifero, ma anchora saporifero, & e a digerir difficile. Appresso uieta che gli spurgamenti del petto e del polmone, si spurghino. Ma gioua alle sottil distillationi del capo. Al corpo non presta egli notabil nutrimento.

Della Semenza del Lino Cap. XXXII.

Vsano questo seme alcuni fritto, con garo, in compannatico, a guisa di sale artificiato. l'usano anchora mescolato con mele. Et altri lo spargano sul pane. Ma offende lo stomaco, et e a digerir difficile: & presta al

corpo

corpo poco nutrimento. Quanto alla egestione ne si loda, ne si uitupera. E ancora partecipe alquanto di uirtù diuretica. Il che amplamente si manifesta, quando fritto si mangia ma all'hora costipa alquãto il uentre. I Villani l'usano souente mescolato con mele, poscia che egli sia fritto & trito.

Dell'Ormino. Cap. XXXIII.

E sano questo ancora fritto, dipoi trito tanto che diuenti farina, & u'aggiongono mele ancora. E di poco nutrimento. Tiene la natura sua intra l'irione, el comino.

Del seme della Canapa. Cap. XXXIIII.

Non, come la pianta istessa della Canapa è all'agno alquanto simile, cosi anchora il seme è di uirtù simil al seme, anzi sono essi molto differenti, essendo egli a digerir difficile, allo stomaco & al capo noceuole, & di uitioso suco. Nondimeno alcuni pigliano tritto con altri tragemati. Chiamo tragemati quei cibi che dopo cena si pigliano, per meglio bere. E molto caldo, pero nuoce al capo in gran quantità pigliato, mandando su uapori caldi & medicamentosi.

Del seme dell'Agno castro ouero vitice. Cap. XXXV.

Et questo per ciò si mangia fritto, che si stima che egli raffreni gli stimoli uenerei. Presta al corpo poco nutrimento, & questo disseccattiuo, & refrigerante. E molto priuo di uentosita. Et per queste cose tutte cõuiensi a tutti quelli, che uogliano seruare castità. Et per cio dicono essere cosi nomato. Non offende cosi il capo, come la Canapa.

Della Aphaca & Veccia. Cap. XXXVI.

La forma di questi semi non è rotonda come quella della faua, ma alquanto piu larga, come quella delle lenti. Questa anchora si ripone da i villani con i baccegli & con la pianta intiera per pascerne i giumenti, nientedimeno ho conosciuto io di quelli, c'hanno mangiato anchora di questi, costretti dalla fame, & massime nella Primauera, essendo quegli anchora verdi, come si costumano mangiare i Ceci & le Faue. Ma sono non solamente ingrati, ma anchora difficili a digerire, & costipatiui del ventre. Onde si fa chiaro, che quelli che sono di tal natura, non contieneno nutrimento di buon suco, ma grosso, & a generar sangue maninconico idoneo, come gia della lente detto habbiamo. Ma quella contiene molte commodita, delle quali questi non ne posseggono pur una. Il nome della Veccia è appresso a noi vsitato, & con questo sol nome s'appella: ma da gli Attici araco, ouero fatta si chiamaua.

De diuersi semi i quali in cadaun genere si trouano mescolati. Cap. XXXVII.

Nel formento spesse fiate si troua di molto loglio, se ne ritroua anchora nell'orzo, ma puoco. Ma la chiamata Egilopa frequentemente si truoua nell'orzo, quando mal gli succede l'accrescimento, ò'l nascimento suo. Ma mio padre gia fatto vecchio dilettandosi della agricoltura, una fiata semino formento & orzo diligentemente da ogni seme di diuerse generationi ripurgati, per conoscere chiaramente se dalla mutatiō loro ne nascesse il loglio et la Egilopa, ouero

se

ſe queſti ſemi haueſſero una lor peculiar natura, & eſ
ſendo per auentura co' puri ſeminato tra'l formento
molto L'oglio, & nell'orzo poco, ma gran copia d'Egi
lopa, prouo il medeſimo anchor ne gli altri ſemi: trouo
adunque nella lente dalla mutation ſua eſſer nati ara
ci duri et rotondi, et ſecuridaca ſeme non buono à man
giare: et oltre di cio la aparine cio è Speronella, ſeme
non ſolamente inetto à mangiare, ma tale che nel na
ſcere auuolgendoſi intorno alle piante della lente, la
ſoffoca, & attrappa, non altrimente che l'Erungina
l'eruo cio è robiglia. Queſti in uero ſono molto triſti
ſemi. Ma il chiamato Melanopyro cio è formẽto nero,
naſce ne i formenti dalla mutatione loro. Ma di uicioſi
tà è al loglio del tutto inferiore. Truouo egli anchora
in altri ſemi farſi ſimil mutationi. Per il che commãdò
à quelli che uoleſſero ſommamente vſarli, che ſcieglieſ
ſero cio che ui foſſe di uitioſo, & non teneſſero di ciò
poco conto, come fanno i piſtori chi ſeruono al popo-
lo. Perche eſſendo ſtata altre fiate vna mal ſtagione
d'anno, nacque nelli formẽti di molti loglio, ilqual nõ
eſſendo da gli agricoltori co' criuelligli accio accom-
modati, con diligenza ſcielto, ne meno da i piſtori, per
eſſer ſtato poco ricolto di formento, incontanente inco
minciò à molti à doler il capo. Ma intrando la ſtate
nacquero nella pelle a chiunque n'haueua mangiato,
vlcere, ò qualche altro male, di triſti ſughi ſegno dimo
ſtratiuo. Non biſogna adunque eſſere negligenti in ri
purgar i ſemi, quali ſi preparano per mangiare, ſapen
do il danno che giornalmente generano, quantunq;
per eſſer picciolo nõ ſi ſenta, douendoſi nõdimeno per
longhezza di tempo acreſciuto, alla fine manifeſtare.

DI GALENO
DELLA NATURA DI CIBI.
IL SECONDO LIBRO.

Onciosia cosa che gli alimenti si piglino & dalle piante, & da gli animali, & essendo che quelli, chi prima di noi han scritto de gli alimenti hanno fatto principio da i semi cereali cio è biade nomati, percio che l'alimento del pane è di tutti il più prestante: pertanto noi anchora habbiamo trattato nel primo libro del Formento del orzo, della Tipha, della olira, & appresso, di quelli chi legumi si chiamano. Dapoi per ordine passaremo in questo libro à gli altri alimenti, i quali dalle piante si pigliano, & poscia à quegli, i quali tra quelli che si piglino da gli animali sono à gli huomini più utili. Percio che questo ordine à me pare ragioneuole. Sono anchora stati alcuni, iquali non hauendo prima spiegati tutti gli alimenti d'una istessa spetie, ne hauendo dopo le semenze cereali trouato di tutti quelli, che dalle piante si pigliano, sempre hanno primieramente

di quelli trattato, che portano à gli huomini maggior utilità. Et in uero non si niega, che la carne di porco, di capretto, & quella di capra, di uitello, de' giouenchi, et la pecorina, & di queste non meno quelle delle saluaticine da cacciatori prese su ne i monti, si ueggono portar à gli huomini grande utilità. Ma tutta uolta hauendo io considerato non si poter conchiudere in un libro tutte le spetie de gli alimenti, ho pensato non importar molto, se nel secondo libro seguitassi à dire de gli alimēti, iquali dalle piāte si pigliano, et nel terzo quelli che da gli animali. Perche potrà ogniuno, à cui il libro sarà in pronto nel quale si trattano le facultà de gli alimenti, iquali spetialmente egli uorrà usare, hora il primo, hora il secondo, hora il terzo spiegare. Dunque per uenir al compimento di tutto il ragionamento delle piante ne i due primi libri, uenero al restante delle cose predette facendo tal principio. Tutti i cibi nel primo libro esplicati, erano semi di piante, hora comin ciarò da i frutti, principalmente distingendoli da i semi, & massime che molti han creduto, che non importi, che si dica ò seme, ò frutto. I semi adunque già commemorati poco ò niente sono da i frutti differenti. Ma da quelli che hora si dirāno, son molto distanti. Perche per esempio, i fichi sono frutti del fico, ma i granelli che ui son dentro, sono seme del fico. Parimente l'uua è di tutta la uite il frutto, ma il solo nocciolo è il suo seme: et il frutto di peri e di pomi sono similmēte le mele e le pere, il seme sono i tre ò quattro granelli che nel mezzo loro si contienono. Che dirò io delle zucche, cocomeri, poponi, melopoponi, & di tutti gli altri tali; certo
tutto'l

tntto'l frutto è di gran longa dal seme differente. Ma nelle faue, lupine, dolichi, lente, & altre tali, i quali si rinchiudono ne i baccelli, tutto quello, che & de i baccegli & del seme ne risulta, è il frutto, benche la maggior parte sta nel grano. Ma di quasi tutti li altri, i quali nel primo libro ho riferiti, il seme solo si mangià, eccetto il frutto del dolito, il quale solo tra gli altri si mangia intero essendo anchora uerde, perche i baccelli gli quali rinchiudono il seme, poscia che sono disseccati, sono à gli huomini inutili. Ma i baccelli delle faue, uerde non si mangiono, si come ne ancho quelli di ceci altresi, ne d'altri, i quali sogliono da Theophrasto El loba, cio è, per dir cosi, baccellati esser chiamati. Onde non senza causa dissi, i lobi cio è silique uolgarmente chiamarsi quelle, che da molti si chiamano fagiuoli. Perche la siliqua cio è li baccelli loro soli fra gli altri son da mangiare. Ma in nanzi habbiamo detto della natura loro, come ch'io altresi estimo molti de gli antichi sotto il nome di fagiuoli hauer compreso i dolichi. Ma i frutti delle piante si cogliono da gli arbori, et dalle herbe hortensi, tra i quali alcuni numeran anchora i poponi, e i melopoponi, et le zucche, dalle quali alla dottrina del presente li darò principio.

Di frutti fugaci nomati. Cap. I.

Chiamano i greci horan quel tempo dell'anno, nel mezzo del quale nasce la canicola, il qual è di giorni quaranta, in questo tempo adunque nascono tutti i frutti horei cio è fugaci, alcuni di quali già inuecchiano, altri incominciano, & certi sono in uigore, ouero il trappassano, ò non u'arriuano. Et chiamansi horei, non

perche in quel tempo solo nascono, ma s'io non erro, per separarli da quelli, che si ripongono. Conciosiacosa che'l formento, l'orzo, & quanti nel primo libro ne habbiam commemorati, nascono la state di anno in anno, ma non si corrumpono, come le zuche, le more, i poponi, i melopoponi, le pesche, & altri tali, li quali, s' alcun uolesse serbarli per il uerno gli riponerà secchi, in contrario muteranno la uirtù natia. Alcuni tratto ne il seme alle zucche, & poscia dissecando la carne, la ripongono pel uerno. Et questo usano tutti piu che qua lunque altro frutto buono da mangiare. Ma il formen to, l'orzo, & quanti intra le biade si connumeran, riposti non cangiano natura. Perche serbano la sustantia loro in quella perfettione, la quale da principio nel la state hebbero. Ma questo è chiaro, che quegli i quali sono di corporatura ben riserrata & densa, si come sono d'habito durabile, cosi l'hanno altresi sodo & ter restro; & consequentemente di molto nutrimento. Ma quelli di sustanza humida, sono corruttibili & poco nu tritiui, & fan nel corpo anchora poca dimora: Et per tal ragione, questi tali più leggermente che i sodi si smaltiscono: & spetialmente quando tengono del nitroso & astersiuo. Come ne mostraremo alcuni di fugaci di tal facultà segnalatamente dotati li quali anchor dicemo esser di piggior suco di quelli, che non han qualità di sapor notabile, à guisa d'acqua pura. Tutti questi tali adunque, & molto piu quelli che si mangiano prima che siano ben maturi, sono uentosi, ma piu tosto si smaltiscono, si come quelli di sottil suco, piu presto si distribuiscono. Ma sono anchora tutti questi tali

di uitioso sugo: & à colui solo faranno prò, il quale per longo uiaggio, & per gran caldo sia fatto stanco. Per che all'hora giouano humettando lo squallor del corpo, & moderatamente refrigerando se fieno tolti refrigerati. Conciosia che sempre hanno uirtù di humettare, ma non giamai di refrigerare, se fieno mangiati caldi da quelli, chi sono, come ho detto, disposti. Percio che non sono da propria natura talmente freddi, che possino refrigerar lo stomaco pigliati etiandio caldi. Per tanto bisogna che siano refrigerati, accio possino contrariar al calore delle parti al uentricolo & al fegato uicine, nelle quali primieramente incontrano. Hauendo io adunque dette queste cose generalmente di tutti questi tali cibi, diremo hora della propria uirtù di ciascheduno.

Della Zucca. Cap. II.

La Zuca è cruda e in soaue & noceuole allo stomaco, & malageuolissima à digerire: di maniera che s'alcuno per bisogno de cibo ne mangiasse come un certo s'ausò fare, egli si sentirà nel uentricolo un freddo peso, & si gli subuertirà lo stomaco, & sara costretto à uomitare, non essendoui altra uia à liberarsi da casi urgenti, se non quest'una. Però tutti sogliono mangiarla, & molti altri frutti fugaci altresi, ò tantosto che sia lessa, ò fritta nella padella, ouero arrostita. Et habbi questo sempre in memoria che è commune à tutti ì cibi, ì quali hanno bisogno d'essere col fuoco alterati. Ma la zucca, della quale si ragionaua, lessa non ha manifesta qualità di sapore, eccetto, se alcun dicesse, esser anchora un certo sapore, il quale non

ſia ne acre, ne ſalſo, ne acerbo, ne amaro, ne che rap
preſenti altra ſimil manifeſta qualità, ſi come ne l'ac-
qua iſteſſa altreſi. Hor queſte tali coſe tutte ſi ſoglio-
no chiamare apia, cio è inſipide, & coſi le chiamare-
mo anchora noi, perche il parlar noſtro ſia chiaro.
Eſſendo adunque la zucca tale, non ſenza cauſa in mol
ti modi ſi prepara, come quella che è poſta nel mezzo
de gli eſtremi, & percio ſi puo ridur indifferẽtemente
à qual ſi uuol eſtremo. Perche alcuna coſa, c'hab-
bia in ſe alcun eſtremo, non ſi puo facilmente ad una
preparation ridure all'eſtremo contraria. Onde la zuc
ca per ſua natura preſta al corpo nutrimento frigido
et humido, et per tanto ancora poco, come gia di tut
ti quelli detto habbiamo, che contienono ſuco acquo-
ſo & tenue. Ma facilmente ſcende giù pel uentre,
per eſſere di ſuſtantia lubrica, & per ragion commu-
ne à tutti i cibi humidi, quelli dico, chi ſenza ſtrittione
ſono humidi. ne male ſi digeriſce, quando prima non
ſi corrumpa. Ilche le accade, quando che la ſia mal
ſtagionata, & quando nello ſtomaco alcun triſto ſuco
ſia ragunato: & alle uolte cio le acende anchora, quã
do nello ſtomaco ſi dimora, il che à tutti gli altri fu-
gaci frutti ſuol'accadere, che ſiano di temperamento
humido. Perche nel uentricolo ſi corrumpono, quan
do preſto del corpo non eſcono. Adunque la zucca da
propria natura contiene in ſe ſuco di non ſenſibil qua
lità, il quale, per nutrir il corpo, per tutto quello
ſi diffunde: coſi quando che la ſia con alcuna di quelle
coſe, c'hanno uirtù molto efficace, accompagnata, à
quella facilmente ſi raſſembra: di modo che ſe con ſe
nape

nape sia mescolata, il suco che d'ambiduoi pel corpo trapassa, sarà acuto con manifesta calidità. Parimente se con cosa alcuna salsa sia mangiata, si come alcuni con salsamenti, nelli tegami la preparano, generarà nel corpo suco salso. Et così preparata è cibo soauissimo, massime, s'el salsamento sarà delli pontici chiamati mylli. Et se con mele cotogne sia lessa, & come si conuien cõdita, il suco suo sarà in predominio costrettiuo. Ma arrostita, ò fritta nella padella perde assaissimo della sua humidità, ma il rimanente di lei non ha alcuna uehemente qualità, si come n'anche quando sia con simplice brodo preparata. Ma per la sua acquidosa qualità natia, non senza causa, l'Origano si gli conuiene. Perche tutti questi tali cibi, douendo riuscir soaui, & senza schiffo à chi gli usano, uogliono essere con suchi acri, ò acidi, ò austeri, ò salsi mescolati.

Di Poponi. Cap. III.

La natura di Poponi è molto fredda, & molto humida, & sono alquanto astersiui: però mouono l'orrina, & piu leggermente si smaltiscono delle zucche, & di melepoponi. Ma che siano astersiui, potrai chiarirti, se con essi fregherai la pelle sordida. Per tanto leuano le cotture nella faccia dal Sole causate, le lentigini, et le uitiligini nella superficie existenti. Nõdimeno il seme mumdifica più efficacemente che la carne loro: tal che à quegli anchora è conueneuole, ì quali patiscono di renelle. Generan nel corpo suco uitioso, massime quando non siano ben digesti: & all'hora causano la passion collerica. Perche & prima che

ſi corrompano, facilmente inducono uomito, & mangiate in gran quantità, ſenza dubbio l'inducono, ſaluo ſe dopo ſi pigliaſſe cibo di buono alimento. Ma queſto è chiaro, che gli huomini à queſto frutto anchora hanno formato il nome, come all'atramento col qual ſi ſcriue, il quale melan, cio è atramento ſi chiama. Perche queſta uoce pepon ſignifica come pepanõ cioè maturo, la quale uoce conuiene anchora à gli altri frutti, che ſi maturano, Perche l'uua anchora quando che la ſia ben matura, ſi puo chiamare pepon, ſi come n'anch'eſſo altreſi, pel cõtrario, nõ ſi puo chiamare pepon, nõ eſſẽdo anchor maturo, come quello che è crudo & immaturo. Parimente i frutti autonnali, & le pere & le zucche, pepera cioè maturi ſi ſogliono chiamare. Et il Melopepone altreſi: il quale in ſe conuiene la parola pepon. Perilche alcuni medici non l'han ſimplicemente uoluto chiamar pepon, ma ſyciopepon, cioè pepon cocomerino. Ma noi in queſto ragionamẽto non curiamo di tali coſe, non eſſendo quelle alla medicina molto pertinenti. Perche è molto meglio ſpiegar la coſa chiaramente, che con troppa ſottilità far la dottrina oſcura. Et all'hora chiariſſimamente ſi ſpieghera, quando noi pigliando i uocaboli dal uolgo frequentati, inſiememẽte ſeruaremo la ſignificatione loro.

Di Melopoponi. Cap. IIII.

Sono i Melopoponi meno humidi, & di men uitioſo ſuco, & meno diuretici, & meno ſi ſmaltiſcono, che i poponi: ne prouocan il uomito, ne preſto nel uentricolo ſi corrumpono, come quelli fanno, quando in eſſo ſia alcun uitioſo humore ragunato, ouero ſarà da

qualche

qualche altra causa di corruttione effettrice occupato, ma come che siano molto à i frutti fugaci stomachati inferiore, non però sono allo stomaco come i peponi nocevole, perche nō sono n'anco prouocatiui del uomito come quelli. Ma quegli che non mangiano la parte interiore carnosa di peponi, nella quale si rinchiude il seme, mangiano non di meno quella di Melo peponi, il che gioua loro allo smaltirli. Ma quelli che mangiano la carnosa parte loro solamente, non cosi presto, come quella di peponi la smaltiscono.

Di Cocomeri. Cap. V.

Et questi tengono del diuretico, come i peponi, ma men che quelli, per essere anchora la sustantia loro meno humida. Per tanto non si corrumpono nel uentricolo leggermente, come i peponi. Alcuni gli digeriscono come molt'altri frutti alla piu parte de gli huomini indigestibili. Et questo per una certa natural conuenientia, che hanno con esso loro, della quale ne i libri di temperamenti, & delle medicine composte, ragionato habbiamo, dimostrando come a qualunque spetie d'animali sia il suo cibo famigliare & proprio, da una occultà proprietà, la qual procede da tutta la sustantia. A gli asini, & a caualli la paglia, il fieno, l'orzo, & altri tali, al Lione le carni crude de gli animali, all'huomo parte tutte queste cotte, parte il pane de semi cereali, come dicemmo, fatto, come altresi le coturnici si pascono d'Elleboro, & gli stornelli di cicuta, & i buoi di robiglia, senza nocumento. Ma quali cibi siano a ciaschaduno facili ò difficili à digerire, ò per occultà proprietà, ò per alcuno

accidente

accidente questo s'impara per isperientia. Ma che cosa sia quella ch'io dico, per alcuno accidente, cio fu detto nel primo libro, perche à cui spesse fiate si raguna nel uentricolo, ò bilioso, ò uniuersalmente qualunque tristo humore, in quelli presto si corrumpono i cibi facili à digerire, come ad alcuni interuiene, i quali hãno il calor natio non humido & ben temperato, ma igneo et squallido. Cõciosia cosa che in questi tali si corrumpono que cibi, che facilmente s'alterano, i quali altri facilissimamente digeriscono, & communemente fanno rutti fumosi et nidorosi. Ma questo ti sia sempre in memoria, che quantunque alcun digerisca qualunque di que cibi, i quali ad altri siano difficili a digerire, nientedimeno il succo, che di quelli pel corpo si distribuisce, ritien la pristina sua natura. Perche non è possibile, che'l sugo il qual si genera dal pepone diuenti grosso & terestro, etiandio che egli sia ben digesto, si come n'anche quello altresi, che dalla lente, ouero carne bouina procede, diuenti acquoso & humido, il quale anchora di tenue sustantia si chiama in questo spetialmenle consiste quanto alla conseruatione della sanità s'appartiene, & al preseruarsi dalle infermità, come altroue s'e dimostrato, & hora si dirà sotto breuità nel progresso del ragionamẽto nostro. Quegli adũq; che bene digeriscono i cocomeri, quando di cio fidati à satieta sene empiono in progresso di tempo si raguna loro nelle uene un freddo & mezzanamente grosso suco, il quale in buono sangue non si puo mutare, dico in quella digestione, che nelle uene si celebra. Onde p tal ragione giudico esser d'astenersi da tutti i cibi di uitioso su-

so suco, etiandio che ad alcuni si rendino facili a digeri re. Perche il tristo suco, che da quelli nelle uene si ragu na, in quelle longo tēpo giace insidioso, & dipoi pigliā do occasione da corrūpersi, è causa di maligne febbri.

Di frutti arborei. Cap. VI.

Le Pere, le Mele, i Fichi, le Pesche i Granati, & altri tali, sono frutti arborei, in cibo da gli huomini usi tati, sono anchora altri frutti, i quali non si mangiono di questi al presente non intendo io di ragionare. Ma generalmente hai di sapere, che di frutti da gli huomi ni in cibo usati, gli humidi producono alimento tenue & humido. Onde segue omnimodamente che tal nutri mento uelocemente, penetri & per tutto'l corpo pas si, & parte per l'orina, parte per la circunferenza di esso corpo si smaltisca. Onde affirmano i medici, tutti i cibi di tal sorte meritamente essere di poco nutrimen to. Ma di frutti di sustantia soda, il fatto passa altra mente: perche da quelli piu copioso nutrimento al cor po s'adherisce, & nel corpo piu longo tempo dimo ra, massime se contienono suco grosso, ò uiscoso, ò costrettiuo.

Di Fichi. Cap. VII.

Ritengono i Fichi anchora in se quello, che è non so lamente a i fruti autonali, ma anchora a i detti fuga ci cōmune, nō hauēdo n'anch'essi altresi potuto fuggire il suco uitioso, benche meno di tutti gli altri fugaci ne siano partecipi, ma questo hāno di buono, che presto si smaltiscono, et penetran pel corpo facilmente, et tēgo no del astersiuo euidentemēte. Onde auuiene, che quel li chi patiscono di renelle, usandogli in cibo, molte ne

caccia-

cacciano fuora per orina, & come che tutti i frutti au tonnali rendono al corpo poco nutrimẽto, tutta via i Fichi sono piu nutritiui de gli altri: non però generã carne soda & densa, come il pane & la carne porcina, ma piu tosto tumida & molle, quale si genera anchora dalle Faue. Riempiono tuttauia anch'essi di uẽ tosita il corpo, & molto percio crucciarebbono, se presto giu pel ventre non scorressero, per qual prestezza auuiene che la uentosità loro non sia di momento. Percio non sogliono essere cosi noceuoli, come gli altri frutti autonnali. Ma non poco auanzano i Fichi maturi, gli non maturi, il che ne gli altri frutti anchora si comprende: ma pero non e intra loro tanta differentia, quanta tra gli altri, perche i Fichi maturi niente quasi nuoceno, si come n'anche i secchi i quali in vero sono in molti modi utili: non di meno sono tristi à quelli, che in gran quantità ne mangiano, perche non generan sangue del tutto buono, onde accade che dal continuo uso loro se ne generi di pedocchi gran quantità. Hanno anchora uirtù sottigliatiua et incisiua, con la quale incitan il ventre alla egestione, et purgano le reni. Ma sono nociui à quegli che sottogiaciono alle infiamagioni del figato, & della milza, & questo non per alcuna particolar natura loro, ma per commune conditione di tutti i cibi dolci. Ma alle oppilationi & durezze loro di per se niente giouano ne nocciono, ben che mescolati con medicamenti incisiui, sottigliatiui, & astersiui, non mediocremente giouano. Et per tanto alcuni medici li fanno mangiare nelle dette indispositioni del fegato & della milza,

molto

molto inanzi cibo, con thimo, ò pepe, ò gengeuo, ò pulegio, ò saturegia, ò calamento, ò origano, ò hyssopo, & cosi se con qualche altra cosa che habbia uirtù acre, ò in somma, incisiua, & sottigliatiua, fieno pigliati i Fichi secchi, gioueranno non tanto a i cosi indisposti, ma anchora a i sani, percio che è cosa ispedientissima non solamente a gli amalati, ma anchora a i sani, che le uie del figato per le quali passa l'alimento, siano aperte. Molti adunque in questo modo mãgiano i Fichi, cio è con sale trito, aceto & garo preparati, hauendo per isperientia apparata la utilità. benche è credibile, che alcuni da alcun medico consigliati che cosi li mangiassero, habbiano poscia tal consiglio communicato à molti. Ma quelli che mangiano i Fichi si uerdi come secchi, con alcun cibo di grosso suco, non poco restano offesi.

Delle Vue. Cap. VIII.

I Fichi & l'Vue si come sono in tra i frutti autonnali principali, cosi nutricano piu che tutti i fugaci, & sono di suco men uitioso, massimamente quando che sieno del tutto maturi. Et che questi nutrichino, ne danno i guardiani delle vue grandissimo indicio, i quali per due mesi altro non mangiando che vue & Fichi, di quali son guardiani, saluo che vn poco di pane che con seco mangiano, nondimeno diuentano molto grassi, ma la carne, che da quelli si genera, nõ è soda & densa, quale è quella che dalla carne si genera, ma è molto humida et fongosa: però cessando quelli di usar tal cibo, presto anchora l'habito loro si contrahe, & torna al primo. Ma l'vue meno nutricano

di fichi, & hanno in se questa gran cõmodità, che presto si padiscono. Per il che quando che siano nel corpo ritenute, grauemente offendono, il che non fanno i fichi maturi. Perche questi quantunque molto non si smaltiscano, pur che siano ben digesti nel ventricolo, prestano al corpo nutrimento non noceuole, delle quali cose niuna è nelle vue. Perche ne benche si ritengano commodamente si digeriscono, & mentre passano pel figato, & per le vene generano suco crudo, il quale non facilmente si puo in buon sangue mutare. Perche la sustantia di grani è composta della parte carnosa & dell'humore, il quale è in esso lei diffuso, onde si fa il vino: & oltre di ciò delle semenze, & della guscia mẽbranosa, la quale queste cose cõprende. La sustantia delle semenze è secca, & alquãto costrettiua, & passa ꝑ tutti gli intestini senza alcun segno di notabil mutatione, nõ altramẽte che ne i fichi suoi granelli. Perche questi nell'uno & l'altro frutto sono tra loro proportionati, essendo amendue semi di tutta la pianta, & passando non alterati, ne ridotti in suco, ne in parte alcuna mutati. E ancora certa somiglianza tra le corteccie loro, essendo loro vtili, come la pelle à gli animali. Hor questa corteccia poco nel ventricolo si tramuta. Onde auuiene, che quando alcuni con quanto u'è dentro l'hanno succiata, con le semenzi insieme fuora la sputano. Ma alcuni fanno questo massime quando i grani sono grandi, perche di piccioli cio è à far difficile. Chiaro è che il ventre si fa piu lubrico, quando la carne di grani sola col suco insieme senza i nocioli & le guscie si

manda giù : & tanto piu, quando il ſuco ſolo ſpremuto, che ſi chiama moſto ſia beuuto. Ma cauſa nel ventre alquanto di ventoſità, ſe preſto non paſſa. Queſto in vero nutriſce alquanto, ma molto piu la ſuſtantia carnoſa. Onde accade che alcune vui nutriſcono piu che non purgano, alcune purgano piu che non nutricano, quelle adunque c'hanno poco ſuco, molto nutricano, ma quelle ch'anno ſuco, copioſo, nutriſcono poco, & purgano molto. Chiamanſi vue nobili quelle, che contienono poco ſuco, & di carnoſa ſuſtantia molto. Et l'uſano, conſeruandole nel l'auttōno in varii modi. Percioche le gettano nel moſto & riempiendole noui vaſi di terra, nelle vinaccie ſi ripongono. Chiamo vinaccie le reliquie ſode & materiali dell'vua, della quale nel torcolo tutto il ſuco ſia ſtato ſpremuto. Le quali anchora ſi ripongono in vaſi fortemente ligati, & con terra da vaſi imbiutati. Et chiamano queſta feccia, la quale io vinaccie ho nominato, & per queſta parola uinaccie, intendono i graſpi dell'vua, i quali naſcono da pampini. In queſte vinaccie adunque ripongono le noue pentole ripiene d vue, con i coperchi beniſſimo impecciati otturate in modo, che non vi poſſa l'aria penetrare. Et biſogna che la pentola ſia di terra odorata, & ben cotta. Corrobora adunque queſt'vua lo ſtomaco riſoluto, & deſta l'appetito, nō pero purga il corpo, ma pigliata in gran quātita fa doler il capo. la cōſeruata nel moſto anco piu che queſt'al fa dolere. ma quella che è ſtata apiccata, nō l'offende punto, ne coſtipa il vētre, ne l'amolla, il medeſimo ancora opa nell'appettito.

petito. Perche non il desta s'egli e sopito, ne il rilassa s'egliè robusto. Fra l'altre uue quella è piu facile a digerire, la quale dissi, che nelle uinaccie & nel mosto per tutto l'anno fin a laltra uendemia si conserua. Ma quelle che dopo che furno colte sono state appicate, quando che fieno disseccate diuentano inutili, altre subito nella Primauera altre al meno nella State, ma non e picciol differentia intra l'uue, perche altre sono dolci, altre acide, altre austere, & altre senza uehemente qualita alcuna, lequali uinose si chiamano, ma le dolci contienono humor piu caldo, & per cio fanno sete: le austere & le acide il contienono piu freddo: ma le uinose l'hanno tra'l caldo & freddo mezzano. Et piu, le dolci lubrican il corpo, & specialmente quando sono humide, ma le acide & austere non solamente sono a cio contrarie, ma alla digestione nel uentricolo alla distributione, & nutricione anchora le acide etiã dio che nella uite istessa esattamente mature essendo, & dapoi colte s'appicchino, non percio dolci diuentano ma delle austere alcune stando longo tempo appiccate si rendono piu dolci. Le acerbe, a guisa delle acide, auẽga che longo tempo stiano appiccate, tutta uolta non possono mai diuentar dolci. Perilche debesi sempre schiffar il continuo loro uso. ma in summa l'uso di tutte l'uue e securissimo, quãdo moderatamẽte l'usano, se saranno di natura carnose & mature. Onde quelle che non rappresentano qualita austera, o acida, uoglia che su le uiti siano perfettamente, mature, uoglia che stando appiccate acquistino il supplimento della maturità loro, si possono mangiar largamente,
per

per lubricar il corpo. Ma alcuni a questo effetto beuo
no mosto del dolcissimo che sia, p esser egli molto pur
gatiuo. Quello poscia che s'esprime delle vue austere
o ueramēte acide, è del tutto tristo. Io in uero ho vsato
i nomi c'hoggidi s'usano, stimādo esser meglio insegnar
le cose chiaramēte, che usar la lingua antica de gli At
tici. Ma quelli, c'hāno cio piu caro, che la chiarezza de
la dottrina, chiamano le parti sode et materiali delle
vue, le quali restano spremutone il mosto, brytia, cioè
graspi, et quelle delle oliue stemphyla, cioè infrātumi.
La parte grossa che risiede ne i vini, gli Attici volgar
mēte chiamano tryga, cioè feccia. Pero appresso a loro
nō è equiuocatione alcuna nelle voci, come appresso a
gli altri huomini, i quali chiamano brytia quella cosa,
che addimādano anchora inga, anzi da i moderni s'usa
vna terza significatione di questa parola tryga, imper
cio che chiamano tryga quel vino, che da gli Attici
deuteria si chiama, cioè secondo, et da i nostri stemphy
lites, cioè delle uinaccie tratto, perche mettono in pic-
cioli dogli le uinaccie, et sopra ui gettano di acqua tā
to, che tutte si diguazzino, il che quando pare loro esse
re à bastanza, aprono il pertugio nel fondo del uasò,
accio che n'esca la infusione, laquale in uece di uino
usano, ma è cosa chiara, che ui gettano l'acqua secon
do la qoalità delle uinacie, insegnati dalla isperienza,
accio che la deuteria non sia ne piu acquosa, ne piu ui
nosa, che si cōuiene, da poi infundono altr'acqua su le
uinaccie, ma in menor quātità della prima, tāto che sia
à bere tolerabile, et questo alcuni Attici stimano che si
chiami propriamēte, nō come il primo deuteria. L'uno

è l'altro fa doler nel capo non beuendosi ben inacqua-
to:ma il primo causa maggior dolore. Ma questa potio
ne ha questo di buono, che presto per orina si smaltisce.
Nella qual operatione è gran differentia, secondo le
diuerse spetie delle vue delle quali sono le uinaccie.
Perche se sarãno dolci, la potione sarà piu soaue, et piu
tosto si renderà per orina. Ma se saranno acide ò auste-
re, sarà meno soaue & meno diuretica. Questa deuteria
sarà piu potente, & piu uinosa, se le uinaccie fian ri-
serbate, fin à Primauera, ò alla state. Ma usandosi nel
verno si come meno nuoce al capo, cosi meno anchora
si rende per orina.

Dell'uua passa. Cap. IX.

Ha l'vua passa la medesima proportione à l'altre
vue, che hanno i fichi secchi à gli altri fichi Percio che
delle dolci ne sono molte, & delle austere ne sono po-
che. Ma sono moltissime le composte di dolce et austera
qualità: auenga che le dolci siano alquanto partecipi
del austero et del dolce le austere. Queste adunque sono
di temperamento freddo, come le dolci di temperamen
to caldo. Et le austere fortifican lo stomaco, & costi-
pan il uentre: & piu di queste, come è ragioneuole, le
acerbe. Ma le dolci sono intra queste mezzane: come
quelle che segnalatamente non rilassano lo stomaco,
ne purgano il corpo. Nondimeno le dolci sempre han-
no uirtù di contemperare, & anchora di mediocremen
te mondificare: con le quali due uirtù mitigano i legge
ri rodimenti nella bocca del uentricolo, laquale altre
fi stomaco si chiama. Perche è cosa chiara, che i mag-
giori rodimenti richiedono medicamente uie più gene-
rosi.

rosi. Ma tra l'uue passe quelle sono le migliori, chi sono molti, & di corteccia tenne. Alcuni ben accorti dalle dolci & grandi, quali sono le sybenitiche, prima che le mangino, le cauano i noccioli, perche anch' esse inuecchite hanno la guscia dura et grossa. Onde bisogna nell' acqua macerarle, perche cosi anchora piu facilmente se ne caua il seme. Son ne alcune altre da queste diuerse, sodi & grandi, le quali del tutto sono sanza nocciolo. Nascono queste nella cilicia, di colore rosseggiante, & nella Pamphilia le scybellitiche di nero colore, quali come ho detto, sono grandissime: ma nella cilicia nascono le di color fuluo, picciolissime. Altre ne uengono nella Cilicia, oltre à queste, di color nero, di grãdezza mezzana, come etiandio in molte altre nationi, & spetialmente nella lybia. Ma nella Asia nascono diuerse spetie d'vue passe di grandezza mediocre. Perche iui se ne uedono alcune rosseggianti, altre nere, altre dolci, & altre alquanto austere. Ma in uero nelle fredde regioni l'vue perfettamente non maturano, per non dire che iui ne siano alcune passe. Per tanto mettono la ragia ne i vini accio che non acediscano. Ma quanto alla differenza delle uue passe, quella che si piglia dal colore, niente importa alla natura loro, si come ne anche quella che dalla grandezza si piglia, ma quella sola che si piglia dal gusto, è sustantiale. Alla qual sola mirando conoscerai, come s'è detto, da quali huomini, & à qual tempo si conuenga usarle. Prestano al corpo l'vue passe alimento adesso loro somigliante, le dolci dolce, le austere austero, le composte dell'una & l'altra qualità parimente composto. Le grosse et dolci sono

di molto nutrimento, ma le austere & nere nutrican meno. Et se paragonarai ugual quantita d'vue, passe dolci e grasse sanza semenze, cō ugual misura d'altre vue, trouerai le passe essere à nutrir piu ualorose. Queste adunque come che sieno men lubricatiue, & meno astersiue che i fichi passi, sono tutta uolta allo stomaco piu grate.

Delle More. Cap. X.

Non si scriuono queste cose à quelli c'hanno piu che ognialtra cosa caro l'essere Thoschi nel parlare, perche forsi non dignerebbono di leggerle, sprezando la salute si del corpo come dell'anima. Ma si scriuono à i medici, i quali non hanno peculiar cura della Thoscana fauella, & à quegli anchora, i quali come rationali preferiscono la cura dell'anima, & del corpo all'ambitione, alla gloria, alle ricchezze, & alle ciuil grandezze. Perche non dubito che questi stimino piu la Thoscana che l'altre lingue, & non giudichin a la salute del corpo esser cosa piu degna, & piu prestante ad vno che si curi di uiuer securo, & immune da ogni infirmità. Conoscendo io adunque il parlar simplice, douer loro essere più utile, uso i nomi gli quali essi intendono, etiandio che non siano à gli antichi Toscani consuete. Adunque questo nome Moro è quasi à tutti noto, se non per altro, al meno per il medicamento stomatico chiamato diamoron, dal suco delle More che in quello si contiene. Ma molti non sanno, come alcuni frutti autonnali, i quali nominaremo poi, fossero da gli antichi Athenesi già sei cento anni chiamati. Perche costumano gli Atheniesi

niesi hoggidi chiamar ogni frutto non per altro nome, che per quello che vsano chiamargli gli altri Greci: anzi le More istesse non meno chiamano Sycamina, che per questo nome Mora, come usano tutti i Greci altresi: similmente le Pesche, le Noci, i Percocchi, & in somma ogni altra spetie de frutti, ma non riceueranno però danno alcuno ignorando gli antichi nomi, pur che sappiano le potentie, & i significati loro. Conciosia cosa che meglio sarà loro, sapere che di que' cibi che si smaltiscono pel cesso, quelli dopo à gli altri si debbono pigliare, i quali sono duri da smaltire, & innanzi di tutti, quelli che facilmente si padiscono, perche se lungo tempo nel uentre dimorassero, si corrumperebbono che sapere le impositione de i nomi loro. Ma tutta uolta pare à me, che gli huomini non stano del tutto ignoranti dell'ordine, che nel pigliar di cibi debbono tenere. Perche ueggiamo quegli in moltissimi serbarlo: pigliando essi prima la Radice, l'Oliua, il Fien greco con garo, da poi la malua, la bieta, & altre tali herbe, con olio & garo. Conciosia cosa che se hanno alquanto di giudicio, la longa isperientia insegna loro le facultà di quelle cose le quali cottidianamente in cibo s'usano. Ma quelle cose, che rare uolte s'usano, sono da gli huomini diligenti & curiosi osseruate & in memoria tenute. Le More adunque prestissimamente si padiscono, & fanno la uia a gli altri cibi, se truouano il uentre mundo, & se prima de gli altri cibi si pigliano. Ma se dopo à gli altri cibi si pigliano, ouero trouerãno nel uẽtre succhi uitiosi, prestamente insieme cõ gli altri cibi d'una strana

maniera di corruttione, la quale con parole non si pò isprimere, si corrompono come alla zucca accade. Per che tutti questi tali cibi purche presto passino incorrotti, sono di cibi fugaci men noiosi, altrimente si corrumpono a guisa di peponi: benche n'anche questi, se presto si smaltiscono, non sono molto noceuoli. Ne l'istesso tempo s'usano le More & i peponi, cio è quando la sustanza del uentricolo per calore & siccità ansia, nel qual tempo e quasi necessario che il fegato patisca il medesimo. Ma la zucca inuero, il cocomero, cosi maturo come nõ maturo, e similmẽte il melopopone mãcano di qualità costrettiua. Ma le More quãdo spetialmẽte non sono ben mature, sono manifestamente costrettiue: & le non mature sono insiememente anchora acide, Per tanto alcuni cogliendole, & disseccandole, le conseruano per medicine utile alla dissenteria, & alla diuturna diarrhea. Ma non è hora nostro presupposito il dire le facultà di medicamenti. Torniamo adunque a dir di nouo le operationi che possono far le More, come alimento. Detto habbiamo innãzi che presto si smaltiscono, il che forsi puo loro accadere, solamente p esser di sustãza lubrica e humida e forsi ancora per esserui mescolata alcuna acre qualità nata per sollecitare la egestione. Cõciosia cosa che la natura costrettiua non solamente niente conferisce allo smaltire, ma e anchora per se del uentre costipatiua. Ma che molte cose contengano in se contrarie qualità, cio hai imparato ne i libri della natura di simplici medicamenti. Onde entro in openione, che le More ritengano alquanto di cotale qualità, quale ne i solutiui medicamenti e gran

de per

de, per opera della quale non solamente con facilità si smaltiscono, ma anchora se nel corpo longo tempo dimorano, si corrompono. Ma se come dicemmo, nõ si corrumperanno, del tutto inhumidiscono, ma non del tutto refrigeranno, saluo, se fieno prese refrigerate. Sono di pochissimo nutrimẽto, come i poponi, non pero prouocan il uomito, come quelli, ne sono allo stomaco noiosi.

Delle Cireggie. Cap. XI.

Alcune Cireggie alle More s'assomigliano, le quali pochissimo costringono: altre sono al frutto del rouo somiglianti, come quelli che sono piu euidentemente costrettiui: & altre sono che piu gagliardamente constringono. Per tanto potrai conietturare le uirtu delle dette spetie da quanto delle More, & Batini si dice.

Delle More del Rouo da Greci Battini nomate. Cap. XII.

Chiamano il frutto del Bato, cioè Rouo, Batinon, il chiamano anchora Mora & si camina, ma i Batini sono delle More piu costrettiui, et se alcuno in grã quãtita ne piglia, si sentirà doler nel capo, et altri nello stomaco. Per tanto bisogna lauar bene questo frutto, prima che si mangi, il che nelle More anchora si de fare. Non pero amollano il uentre, anzi l'indurano. Et se si ripporanno immaturi & primieramente disseccati, molto piu anchora costrigneranno, nientedimeno tutti i medicamẽti che si fanno di suco di More, se queste anchora u'entrano, riescono di uirtù piu efficace.

Di frutti del Rouo Canino. Cap. XIII.

Il frutto del Rouo canino è molto piu costipatiuo di quello del Rouo semplicemente detto. Et per ciò costringe anchora piu il uentre. Ma questo è cibo da uillani, da quegli spesse fiate usitato: nutrica pocho, & chiamanlo Cynosbato, cioè. Rouo canino.

Del frutto del Ginepro. Cap. XIIII.

Il frutto del Ginepro è molto acre & alquanto dolce, et di menor costipatione tiene anchora alquanto del aromatico. Chiaro è ch'egli riscalda, Si per la acrimonia, perche habbiamo dimostrato che ogni cosa acre riscalda, come anchora per l'odore & sapore specialmente alle specierie simile. Concio sia che ogni cosa aromatica riscalda. Purga il fegato & le Reni, & per tanto sottiglia gli humori grossi e uiscosi. Per il che si mescola con i medicamenti salutari. Ma presta al corpo humano poco nutrimento, & pigliato in gran quantita rode lo stomaco, & riscalda il capo, & percio alle uolte il riempie, & gli causa dolore. Ma quanto alla egestione, ne costipa egli il uentre ne l'amolla. Ma prouoca l'orina mediocremente.

Del frutto del Cedro. Cap. XV.

Il frutto del Ciedro è simil à quello del Ginepro, si nel colore, come nella figura, perche ambi duoi rosseggiano, et son rotondi, ma sono differenti nella acuitade. Questo frutto è quasi della generatione di medicamenti, conciosia che non presta al corpo nutrimento alcuno, saluo, se nell'acqua si macerasse. Per che

che cio è commune à tutte le cose acri, che rissoluta la acuita loro prestan al corpo alquanto di nutrimento. Et oltre di cio, si come il frutto del Cedro è piu duro, & secco, del frutto del Ginepro, cosi è anchor piu picciolo, ne come quello aromatico. Ma è cosa chiara, che egli rode lo stomaco, & fa doler nel capo, saluo se in poca quantitade si pigliasse.

Del Pignuolo. Cap. XVI.

Il Pignuolo è di buon suco & grosso, & nutrica molto, ma non è facile a digerire. Chiamasi hora da Greci non Conos, ma Strobilos, che tanto uale.

Del frutto del Mirto. Cap. XVII.

Il Mirto nutrica come il Ginepro, ma è di contraria faculta. Perche costringe molto, & però indura il corpo. Nientedimeno non è egli di uirtu freddo, si come è costrettiuo. Perche non ha in si la sol a stipticità, ma ha mescolato con seco alquanto di acuita. Ma questo è commune à tutti i cibi di natura molto medicamentosa, che quando questa si tolga loro ò lessandoli ò arrostendoli, ò macerandoli danno al corpo alquanto di nutrimento, non essendo dianzi punto nutritiui. Per il che questo istesso nelle cipolle, & ne i porri si ritroua.

Delle Pesche. Cap. XVIII.

Voglia che ti piaccia chiamar questo frutto mele persiche, ò semplicimente persiche, come fanno i Greci hoggidi, o ueramente cercar in esso loro qualche altro antico nome, cio potrai fare molto adaggio.

ma hora impara cosa che ti sia piu utile, che i nomi istessi, cioè, che il frutto loro e del tutto nipo, & la carne facile à corrumpersi. per tanto non si debbono, come alcuni fanno mangiare dopo pasto, perche si corrumpono stando sopra, ma bisogna ricordarsi di questo, che e commune à tutti quanti i cibi di tristo suco, ma humidi & à smaltire facili, che per tal cagione si debbono pigliar innanzi à gli altri cibi, & cosi accaderà che & piu presto si smaltiscano, & facciano la uia à gli altri cibi. Ma pigliati dopo, corrumpono con eco gli altri anchora.

Delle Armelline & Percocchi. Cap. XIX.

Queste anchora sono spetie di Pesche, ma sono in bontà alquanto differenti: perche non si corrumpono nel uentre come quelle ne acediscono. Ma paiono alla maggior parte piu soaui, & per tanto anchor piu stomacali. Nel rimanente a quelle s'assomigliano. Ma questo si troua cosi in tutti i cibi soaui, come negli insoaui, cioè, il far abominatione, & subuertere lo stomaco come desiderante di gettar fuora il nociuo. Il che fa egli secondo il momento delle cose infestanti. Perche quelle cose che discende giu al basso, pel cesso si smaltiscono, et mandansi fuora pel uomito quelle, che stanno sopra. Il medesimo si fa ancora, quando scorrono in esso lui da tutto il corpo suchi uitiosi. Perche quelli che ascendono alla parte soprana del ventricolo, si uacuano pel vomito, & quelli chi scorrono a basso causano la diarrhea. Ma detto habbiamo innanzi, che i frutti autonnali tutti nutricano poco. Tuttauia sono mi-

gliori i percocchi delle Armelline. Ma quelli, chi schiffano il nome di Percochi, chiamano ambi duoi me le armeniache, & altri armenie, per quatro sillabe, nõ per cinque proferendole.

Delle Mele. Cap. XX.

Non e una la loro generatione, si come n'ãche delle Pere, & Melagrane. Percioche certe sono di austero suco, & certe di acido, ò dolce & altre sono di questi composte: tal che paiono insieme dolci, & austere, & altre sono insieme dolci & acide: & piu, altre sono acerbe con acidità, ne trouaressi alle uolte alcune par ticipanti di tre sap ori, di maniera che paiono essere accide, & dolci, & alquanto acerbe. Ma che questi tre nomi cio è accerbo austero, astringente significhin un sol sapore, non è dubio & che l'acerbo sia in ciò dal au stero differẽte che egli è piu costretiuo: & che l'astrin gente sia non ambiduoi commune, l'hai imparato nel quarto libro della natura delle simplici medicine, nel quale della natura, & faculta di sapori, habbiamo ra gionato Ricordandoti adunque di que precetti, saprai le mele costretiue tutte quelle essere di humor freddo & terrestro ma quelle che si mostrano acide di freddo humore & di sottil sustantia, di mezzano temperamen to le dolci, & tener piu del caldo, parimẽte le del tut- to insipide, & acquidose, tener piu de frigidità. Vsarai le adunque secondo la facultà de liquori predominati: come per essempio, le austere alla imbecilità del uen- tricolo da calda intemperie, ò da molta humidità na scente: le accerbe, quando queste cause siano molto cresciute: le accide, quando presumerai in quello es-

sere

ſere ragunato groſſo humore, ilquale nõ ſia molto fred do. Perche il freddo humore non coſe acide, ma ama re richiede. Egli è ben uero, che amendue, dico le acide & le amare, tagliano il groſſo de gli humori, ma ſono in cio differẽti, che quelle col caldo, queſte col freddo oprano ſimil effetto. Ma è manifeſto, dalle coſe già molte uolte dette, che le coſe coſtrettiue ſempre di ſua natura impediſcono la egeſtion del uentre. Ma le acide tagliano il groſſo humore, nel ventricolo trouato, el fanno diſcendere, & percio inhumidiſcono gli eſcrementi della egeſtione. Ma ſe truouano il uentricolo da tali humori puro & ſincero, gagliardamente il conſtringono. Il dolce col quale non ſia congionta ne groſſezza, ne acutà, ma ſia del tutto ſolitario quanto ſia in eſſolui più facilmente ſi diſtribuiſce, ma ſe egli è accompagnato da acuità, ò groſſezza, più facilmente ſi ſmaltiſce. Truouaſi anchora una certa ſpetie di ſapore, ilquale chiamano nequidoſo & inſipido, ſi come dicemmo dianzi, in parte niuna allo ſtomaco gioueuole, & conſiſte nel mezzo delle dette faculta, come l'acqua altreſi, ma coſi fatte mele hanno queſto uitio, che quãdo ò p piacere ò per utilita ſi mangiano, ne giocõde al guſto, ne dello ſtomaco cõfortatiue, come ſono le coſe coſtrettiue, ne dello alargamẽto del vẽtre coſtipatiue, truouandoſi, nõ ſanza cauſa ſi ſprezzano, et appreſſo à noi in molte parti d'Aſia ſi gettano à i porci, & chiamãſi platoniſtine, perche al guſto alquãto rappreſentano le tenere foglie de i platani, ma le Mele etiandio di ottima generatione non ſi debbono riporre, prima che ſiano ſu l'arbori ben mature.

Perche cosi sono à digerir difficili, & frigide, & dure à smaltire, & di uitioso suco, per non dire che sono di suco freddo, & leggermente grosso. Ma le ben mature, che si serbano fin al verno & la seguente primauera, sono souente nelle infermità bonissime, ò à guisa di cataplasma con farina applicate, ò sotto calda cenere mezzanamente cotte, ò al uapore d'acqua bogliente conuenientemente lesse. Ma bisogna darle subito dopo pasto, & alle uolte ancora con pane per confortar lo stomaco à gli suogliati, & à chi tardi digeriscono, & chi sono soggetti al uomito, alla diareha, & alla dissenteria. A questo uso s'accommodan le acerbe, perche costringono mediocremente al modo già detto preparate, conciosiacosa che se fossero austere perderebbono in tal preparatione ogni costringimento, onde diuerrebbono à quelle simili, che sono per sua natura acquidose.

Come sia che le Mele, & Pere costrettiue pigliate in cibo, ad alcuni amollano il ventre. Cap. XXI.

Ma perche ho già udito alcuni dire, le cose costrettiue mangiate mollificar loro il ventre, ho giudicato esser ben fatto esplicar in questo capitolo diffusamente quanto con ragione & isperientia di cio ho conosciuto. Narrando un certo Prota rhetore nostro cittadino, che mangiando egli pere & Mele austere, se gli lubricaua il uentre, inteso io il fatto, & fattane in esso lui la isperentia, con maggior fidanza feci in altri la medesima pruoua. Percio che deliberai, che questo

questo huomo un giorno stesse con meco à mangiare, per conoscere la quantità di cibi costrettiui che egli pigliasse, & come se gli pigliasse: & primieramente l'essortai à uiuere secondo il suo costume, & non si partesse punto dalla regola del uiuer à lui consueta. Et egli dopo al bagno hauendo beuuto un puoco d'acqua, & poi pigliato fien greco, raffano, & altre tali cose, come si suol fare, prima che si pigli alcun altro cibo, et hauẽdo appresso beuuto di vin dolce una mediocre misura, pigliò dapoi malua cõ olio et garo, cõ alquãto di uino aggiõtoui, dopo questi un poco di pesce, et carne di porco, & d'vccelli. Poscia hauendo beuuto la seconda fiata, intraposto alquanto spatio, mangiò Pere austere, dapoi andati à passaggiare, non passeggiamo molto, che'l corpo gli serui non mediocremente. Onde hauendo io queste cose uedute, feci patto con l'amico, che il di seguente la rimettesse à me, di quanto alla regola del uiuer suo s'appartenesse, il che hauendo io facilmente ottenutto, gli diedi inanzi à tutti i cibi le Pere à mangiare, & poi di mano in mano gli altri cibi, secondo il suo costume. Fatto questo egli non solamente non smalti notabilmente ma n'ancò mediocremente. Per il che, non senza causa di cio si marauigliaua, & mi chiedeua qual fusse di cio la causa, à cui io risposi le cose c'hora udirai. Il garo, disse con le cose pigliate con esso lui è atto a purgar il uentre, & questo, precedendo à i cibi costrettiui, iquali da poi pigliati, & massime, negli imbecilli di stomaco, sono causa di far smaltire, confortando il uentre, & aiutandolo à far descendere le cose, che in esso si contieneno. Ma questo, disse, & si farebbe

reb be più credibile, se dimane pigliassi primieramente i cibi costrettiui, et dopo quelli di carne, & in fine quelli che con olio & garo si pigliano. Per niente, diss'egli, pcioche presto uomitarei, se nel fine pigliassi la malua. Tu la intendi benissimo, diss'io, perche questi cibi conturbano lo stomaco, & i costrettiui il confortano. Per tanto se alcun altro suco il conturbasse, come in alcuni suol far la collera pallida in molta quantità ragunata, colui, che è cosi disposto, gustato alcuno di cibi costrettiui subito smaltisce il suco che'l contrista. Dapoi gli mostrai un certo giouane, il quale, per purgarsi, pochi giorni innanzi haueua pigliato suco di scammonea, & dopo cinque hore non seguendo operation alcuna, diceua sentire nello stomaco affanno & gonfiarglisi & aggrauarglisi il uentre, & per tanto smarito & dubioso hauermi communicati i casi che l'aggrauauano. In qual modo adunque il medicassi, ascolta, dissi, l'istesso giouane, & glielo parai innanzi. Il quale gli narro, come io gli commandai, che egli pigliasse alquanto di Mela, ò Melagrana, ò Pera costrettiua. La quale come se l'hebbe mangiata, cosi subbito se gli parti l'affanno, essendogli molto allargato il uentre. Sappi adunque, disse al Rhetore, il medesimo ancora accadere à te, quando per debbolezza di tutto il ventre & dello stomaco, mangi insieme i cibi costrettiui. Et egli, tanto piu, disse, hai detto il uero. Perche di natura lo mio stomaco è tale, et facilmente per qualunque occasione si conturba. Et io all'hora maggiormente uso alcun cibo costrettiuo, quando mi sento lo stomaco tanto turbato, che gia s'auicina alla abominatione

ne. Hor questo discorso fatto al Rhetore, ti sia basteuole a conoscere, che a quelli che hanno lo stomaco debole, s'allarga il uentre, quando dopo al pasto pigliano qualche cibo costrettiuo.

Delle Cottogne, & Struthomele. Cap. XXII.

Queste sono tra l'altre alquanto segnalate, & hanno piu del costrettiuo, & il sugo loro è durabile, uolendosi cō mele cōseruare. Ma il sugo dell'altre Mele riposto acedisce, essendo egli molto abondeuole di freddo humore. Noi una fiata trouammo il medicamento, il quale con succo di Struthomele si prepara a gli suogliati propriatissimo, riposto a caso in luogo appartato, per spatio d'anni sette, sanza essere alterato in parte alcuna. Ma haueua fatto nell'orificiò del uaso la crusta soda, quale sopra il mele, & altri tali liquori, molte fiate si suol fare, la quale conuiene che sia mantenuta, se uuoi che il medicamento, o'l mele longhissimo tempo duri immutabile. Et questo sia detto incidentemente. Ma à che fine io habbia fatto mentione del medicamento, che longo tempo durò incorrotto, il replicherò di nouo. Il suco di Struthomele è durabile, se egli sia ben preparato, come etiandio quello delle Cottogne. Ma questo è men soaue, & sommamente costrettiuo. Per il che sarebbe questo anchora alle uolte utilè al flusso del uentre grandemente allargato. Nella Iberia fanno una certa compositione chiamata Meloplacunda, cioè schicciata di Mela, tanto durabile, che ne portano a Roma di recente i tegami pieni. Si compone cō mele & carne lisciata insiememente cottà nel mele ma il nostro medicamento a gli suogliati preparato non è

fatto

fatto con ſol mele & ſuco de pomi , ma riceue di pepe bianco, di gengeuo , & d'aceto un poco. Ma non e tempo d'inſegnar queſta compoſitione, eſſendone altroue detto appieno.

Delle Pere, & Melagrane. Cap. XXIII.

Traſportando noi al capitolo delle Pere & Melagrane quanto s'e detto delle Mele, non ſara biſogno fare d'eſſe nouo ragionamento. Percioche di queſte anchora certe ſono auſtere ſolamente, ouero acerbe, ſi come & altre ne ſono acide, & certe dolci, & alcune compoſte della miſtura di queſti, & altre ſono del tutto priue d'una tal ſouerchia qualita, & per tanto eſſendo acquidoſe, & ſenza vigore, non hanno confortatiua virtù alcuna. L'vſo adunque delle Pere del tutto ſi raſſembra à quello delle Mele, ma le Melagrane per altro ſono à queſte ſimili, ma uariano in cio, che ne con paſta ſi cuocono, ne con acqua, ne con uapor ſi leſſano. Hanno piu ſuco, che le Mele & le Pere, & appreſſo ſono al guſto piu ſoaui, che'l ſuco di quelle ſono alle uolte di que due frutti ſu detti piu utili, ſi ad alcuni altri mali, come à quello detto da Hippocrate nel ſecondo delle Epidemie, oue dice in queſto modo: vna donna era crucciata di dolore nella bocca del ventre, chiamato da Greci Cardialgia, ne punto ſi rimetteua, prima che pigliaſſe la ſol polenta con ſuco di Melagrana diguazzata. Ne uomitaua coſe tali quali il figliuol di Cherrione. Onde ſi fa chiaro, che eſſendo le parti alla bocca del uentre attinenti, la quale anchora cardia cioe core ſi chiama,

humori ripieni, era la donna da nausea & cardialgia uessata. Côciosia che questa parola Cardiossin in greco niente piu importa, che un accidente, ilquale al rodimẽto dello stomaco succede. La polenta disseccò questo humore, & il suco di melagrana con seco insieme tolto corroborò il ventre, tal che egli pote scacciar l'humore nelle tuniche sue contenuto. Prestano le Melagrane al corpo pochissimo nutrimento, di modo che mai come cibo, ma come medicamento s'usa. Ma le Pere & massimamente le grande, lequali da noi menate si chiamano, nutricano alquanto, & per tanto tagliate in sottil fette si disseccano, & disseccate si ripongono. Mangiansi nel verno & nella Primauera lesse, in tempo di caristia, in uece de cibi poco nutritiui. Gli Attici scriuono la prima sillaba della parola yhoion cioè melagrane, senza la lettera iotta, ma gli Ionici con iotta. Ma questo non rileua niente la uita humana, come n'anco nella parola oyon, che uuol dir sorbe, cosi chiamate hoggidi da tutti i Greci, ma gli Attici non ci concedono che la pronunciamo con ypsilon, concedendo adunque loro la consideration di nomi, disputero io della uirtù del frutto.

Delle Nespole, & Sorbe. Cap. XXIIII.

Il presente ragionamento si rassembra al precedẽte. Perche amendue sono costrettiue: ma molto piu le nespole che le Sorbe. Per tanto sono conuenientissimo cibo nel flusso del corpo. Ma le Sorbe sono à mãgiare di queste piu soaui perche di sua natura non hanno punto del acerbo, come le Nespole, ma il sugo loro è austero senza acerbità. Tutta uolta è cosa chiara, che

che tali cibi tutti si debono usare parcamente, & non come i Fichi & l'vue copiosamente. Perche queste non ci bisognano come cibi, ma piu tosto come medicine. Queste cose ti fian piu utili, che sapere la prima sillaba della parola oyon da gli antichi Athemiesi per la sola omicron scriuersi & prononciarsi.

Del frutto delle Palme, cio è Datteri. Cap. XXV.

Voglia che ti piacia nomar il frutto loro giande di Palme, uoglia per nome commune a tutto l'arbore, cioè Palme, come già costumano tutti i Greci, questo neti gioua ne ti nuoce, quãto alla cognitione della virtù, ma euui non picciol differẽtia, perche certe sono arsiccie, & costrettiue, come le Egiptie, & certe tenere, succide, & dolci, come le Caryote nomate. Queste nascono nella Siria di Palestina, in Hierico, l'altre Palme sono tutte tra le due dette spetie mezzane. Sono malageuoli a digerire, & fanno doler nel capo, essendo chi piu chi meno succide, & dolci, arsiccie & costrettiue. Ma limitati gli estremi tutto il mezzo ti fia ageuolissimo à trouare. In uero niuna di loro è, che non habbia certa dolcezza. Perche le Caryote sono partecipi di certa stipticità, & le Thebaiche di quasi insensibile dolcezza. Ma s'e dimostrato il dolce suco essere nutritiuo, & l'austero stomacale, & del uẽtre confortatiuo. Ma tutti i Dateri sono difficili a digerire, & fanno doler nel capo pigliati in gran quantità. Alcuni anchora ingeneran sentimento: di rosione nella bocca del ventre, laquale da i medici e chiamata stomaco, & il suco loro che trapassa nel

corpo è del tutto grosso, & tiene alquanto à uiscosità, quando che il Dattero sia morbido, come il Caryotto. Ma se cotal sugo fosse con dolcezza congionto, egli presto oppila il figato. Ma dal loro uso summamente s'offende parte infiammandosi, & parte indurandosi, dopo al figato la milza anchora s'oppila & s'offende. Ma molto nocciono spetialmente i Datteri recenti, in gran quantità pigliati. Et è cosa manifesta, che i dolci sono di suco piu caldo, & i costrettiui di piu freddo. Riempiono di uentosità i Datteri uerdi, come i Fichi altresi: perche hanno la medesima proportione i Fichi uerdi à i secchi, c'hanno i Datteri recenti à gli altri. Ma nei luoghi men caldi non maturano i Datteri si, che siano buoni da conseruare. Onde accade che gli huomini sforzati à mangiarli uerdi, s'empino di crudi humori, & si fanno à rigori malageuoli à riscaldare, & alle oppilationi del fegato soggetti.

Delle Oliue. Cap. XXVI.

Queste anchora prestan al corpo poco nutrimento, & massime le cadute. Ma gli huomini mangiano queste communamente con pane: Ma senza pane le almade, et colymbade, nomate, cioè, in muria condite, con garo, innanzi cibo si mangiano, per purgar il uētre. Ma si come le cadute sono grassissime, cosi quelle contieneno suco costrettiuo. Perilche confortano lo stomaco et destano l'appetito. Ma accio sono buone le conseruate in aceto, le quali da i maestri dell'arte obsonatrice uariamente si condiscono, della quale non uorrei che'l medico, fosse del tutto ignorante. Perche di cibi ugualmente sani, il

piu

piu giocondo è piu facile à digerire. Ma non è tempo di dire ne del magistero, ne dellà dottrina obsonatrio essendo statuito loro il proprio luogo.

Delle Noci. Cap. XXVII.

Queste c'hora da tutti si chiamano noci, alcuni le chiamano noci regali. Chiamansi anchora certe altre leptocarya, di q̃lle molto menori, le quali alcuni chiamano Pontiche ouero Auellane. Sono ambedue molto usitate, come che non prestin al corpo molto nutrimento: ma tuttauia la nomata Pontica è piu nutritiua della Regale, per essere & di piu soda sustantia, & men uliginosa: ma la sustantia della Regale è piu molle & flaccida, & contiene in se piu di grassezza. partecipa anchora della natura costrettiua, la quale col tempo si suanisce tutta la sustantia sua mutandosi in grasso humore, dimodo che si fa a mangiare inetta, per esser all'olio uecchio per la grassezza che in esso lui si contiene somigliante. Ma quella che è anchora uerde & humida non è partecipe di natura manifestamente stiptica, ne uliginosa, ma è piu tosto come insipida, il qual sapore noi, come dissi, sogliamo chiamar acquoso. Tutta uolta questa noce si digerisce meglio dell'Auellana, & è piu stomacale, & tanto piu se con fichi secchi si piglia. Ma è stato scritto da molti medici, l'huomo non riceuer gran nocumẽto da i medicamenti uelenosi, se ambe due queste innanzi cibo con Ruta si pigliano. Et è oltre di cio manifesto, che la humida è atta à smaltire, & la secca meno, molti anchor pigliano questa cõ garo p lubricar il corpo, à che la uerde è piu accommodata, essendo di facultà meno

costrettiua, anzi le secche anchora primieramente ne l'acqua macerate, come vsano alcuni, sono alle verdi di uirtù somiglianti.

Delle Mandorle. Cap. XXVIII.

Queste non sono in tutto di stiptica qualità partecipi, conciosia cosa che in esse signoreggia la sola sottigliatiua, & mondificatiua, per le quali purgano gl'interiori, et fanno sputar le humidità del petto è del Polmone, ma alcune di loro hanno uirtù incisiua de gli humori grossi, et viscosi, signoregiante si fattamente, che per amarezza non si pon mangiare, tutta uia sono come le noci, partecipi di qualità vliginosa & grassa, perilche diuentano anchesse, come quelle, vliginose, ma cotal qualità è in queste menor, che nelle noci, per la qual cosa accade che si veggano piu tardi delle altre à diuentar vliginose. Onde si puo chiaramente comprendere, che non sono a purgar il uentre utili, & che prestan al corpo poco nutrimento, ma quelle, nelle quali l'amara qualità signoreggia, conferiscon assaissimo à purgar il petto el Polmone dalla marcia, & da grossi, & uiscosi humori, ma di quelli che non essercitan arte alcuna alla uita utile, ma chiamano si stessi Attici, altri stimano douersi chiamar questo frutto amygdale del gener feminile, altri del neutro amygdala, non conoscẽdo n'anche questo istesso di che sono tanto studiosi cioè, che questi due nomi sono da gli Attici usitati.

De Pistacchi. Cap. XXIX.

Nascono questi nella grande Alessandria, ma molto piu in Berrhea di Syria, i quali in uero nutricano

puoco, ma a confortar il fegato, et a purgar gli humori nelle uie di lui ficcati, sono utili, perciochè sono di qualità aromatica, & che tiene del costrettiuo. Ma non è nascosto molti altri tali essere al fegato utilissimi, come ne i libri della simplice medicina s'è dimostrato, ma non posso ne affermare, ne negare, che da questi ne uenga allo stomaco ne prò ne danno segnalato, si come n'anche amollamento del uentre, ne costringimento.

De le Prugne. Cap. XXX.

Di rado trouarassi questo frutto austero ò acido, ò in somma in alcun modo insonue, quando che egli sia ben maturo. Perche prima che giongano a quel segno di maturità, quasi tutti rappresentano chi acidità, chi amarezza, chi acerbità, pertanto il corpo da questo frutto riceue pochissimo nutrimento. E egli utile a chi uolessero inhumidire, & refrigerare mezzanamente il corpo, perche l'amollano si con la humidita, come con la frigidita, non altrimente che si facciano anchora certi altri di predetti frutti, ma questi sono utili anchora secchi, come i fichi altresi. Le damaschine di Soria di bonta tra l'altre sono famose, il secondo honore dopo queste a quelle si deue, che uengono nella Iberia e nella Hispagna, ma questi in uero non mostrano costrittione alcuna, ma alcune damaschine n'hanno assai, delle quali quelle sono perfette che con mediocre stipticita sono grandi & molli, ma le picciole dure & acerbe sono inutili & a mangiare, & a purgare il uentre, il che incontra a quelle che ci uengono dalla Iberia, ma cotte nel Melicrato copioso di mele purgano il

uentre, etiandio pigliate di per se sole, & tanto piu, se dopo sia pigliato il melicrato istesso. Ma è chiaro, che il vino dolce dopo quelli beuuto aiuta à purgar il corpo, interponendo alcun spatio, & non mangiando subito dopo. Ma ricordati che cio è commune à tutte le cose che purgano il uentre, si come molte altre, le quali sono à piu spetie communi, accio non ti bisogni udir piu fiate le istesse cose.

Delle chiamate Seriche. Cap. XXXI.

Non ho che confermare ne anche di quelle ne quanto alla conseruatione della sanità, ne quanto alla curatione delle infermità. Perche queste sono cibo da Donne & da fanciulli irregulati. Sono le seriche poco nutritiue, & dure da smaltire, et allo stomaco ingrate, onde si fa chiaro, che prestin al corpo poco nutrimento.

Delle carobe. Cap. XXXII.

Le carobe dette da i greci ceratia scriuendosi & proferendosi per t la terza sillaba, non hanno somiglianza alcuna con le cireggie da i greci per sigma cio è, per la litterra s dette e cerasia cibo di tristo suco et legnoso e p cõsequenza è anchora necessariamẽte duro à padire, perche ogni cosa legnosa è malageuole à smaltire. Ma non è anchora picciol uicio il suo, il non discendere dallo stomaco tostamente. Perilche meglio sarebbe, se dalle parti orientali, oue nascono, non ci si portassero.

Di Cappari. Cap. XXXIII.

La pianta di Cappari è cespugliosa, & in Cypro abondãtissimamente nasce. La sustantia sua è de parti molto sottili, et p tãto presta al corpo poco nutrimẽto come

come etiandio l'altre cose tutte, che sono di sottil sustantia. Ma usano il frutto piu per medicina, che per cibo. Si porta à noi con sale condito, perche riposto solo si corrumpe. Onde si fa chiaro, che quando egli è uerde prima che se condisca con sale, è piu nutritiuo. Ma dal sale perde egli assai, anzi diuenta del tutto inetto à nutrire, se da quello non si purga. Nientedimeno dilarga il uentre. Lauato & macerato tanto che diponga la qualità contratta dal sale, è cibo di pochissimo nutrimento. Ma come companatico & medicina è utile à recuperare il perduto appetito, & à mondificar & purgar il uentre dalla flegma, & liberar la milza el fegato dalle oppilatione. Conuien pero che s'usa à tutti questi mali cō oxymele, ouero oxyleo, innanzi à gli altri cibi. Le cime tenere di questa pianta si mangiano, come quelle del zeribinto, condendole come quelle si condiscono, quando sono anchora uerde, cio e, con muria & aceto.

Di Sicomori. Cap. XXXIIII.

Ho ueduta la pianta del Sycomoro in Alessandria col frutto insieme al fico bianco picciolo somigliante. Non ha questo frutto neuità alcuna, ma tiene alquanto del dolce, & e de uirtu, come le More, humida & fredda. Ma meglio si collocarebbe in tra le More & i Fichi, onde à me pare c'habbia hauuto il nome. Per il che sono ridiculosi quelli, che dicono questo frutto per cio chiamarsi Sycomoro, che egli e simil à i fichi sciocchi. Ma la sua generatione e alquanto da gli altri frutti arborei diuersa. Percio che egli non nasce dai ramelli et loro sōmità, ma dalli rami istessi & da i tronchi si produce.

Del Perſeo. Cap. XXXV.

Vidi anchora in Aleſſandria queſta pianta, la quale intra i grandi arbori anch'eſſa ſi pone, ma dicono il frutto ſuo eſſere ſi fattamente triſto appreſſo a i Perſi, che uccide quelli che il mangiano: & che traſportata nell'Egitto ſi fa buona da mangiare, & ſi mangia come le pere, & le mele, a quali è anchora pari di grandezza.

Del Citrone. Cap. XXXVI.

Quelli che an cura che altri non intendino cio che eſſi dicano, chiamano queſta mela medica, benche facciano la perſpicuità una delle uirtù della oratione. Ma meglio ſarebbe c'haueſſero inueſtigato qual uirtù habbiano le parti del Citrone, & qual utilita egli porti a gli huomini, che occuparſi in torno a queſte coſe ſcrupuloſamente. Io adunque porrò cio in effetto, dicendo eſſere tre le parti del Citrone, l'una nel mezzo di lui acida l'altra carnoſa, che circonda queſta, la terza che eſtrinſecamente inueſte l'altre. Queſta in uero è odorata, & aromatica, non ſolamente all'odorato, ma etiandio al guſto, perilche meritamente è a digerir difficile, come coſa aſpra & dura. Ma ſe come medicamento alcun l'uſaſſe alquanto conferiſſe alla digeſtione, come & molte altre coſe di natura acre. Per la medeſima ragione cõforta ancor lo ſtomaco, in poca quantità pigliata. Onde uſano tagliarla in fette, & iſprimerne il ſuco, il quale ſi meſcola con le medicine potabili, le quali amollano il uentre, ò purgano tutto il corpo, ma la parte del frutto acida, & che non tiene ad uſo di cibo, et nellaquale ſi contiene, il ſeme, come

che

che a molte altre cose sia utile, spesse fiate anchora si mette nell'aceto impotente, per tanto piu acuto, quella poscia che è intra ambedue queste mezzana, la quale in uero è anchora nutritiua, & non ha qualità ne acida ne acuta, è per la durezza sua a digerir difficile per ilche tutti la mangiano con aceto & garo per acuir la insipidità del suco suo, & cio forsi an imparato dalla isperientia, ò da i medici udito, che cosi mangiata piu facilmente si digerisce.

Di frutti delle piante saluatiche ne i quali si contengono anchora le giande delle quercie. Cap. XXXVII.

Sogliono tutti gli huomini chiamar piante saluatiche quelle, che nascono ne i campi sanza opera di agricoltore, come chiamano anchora viti saluatiche quelle, delle quali niuno agricoltore per lo inãzi ne ha hauuta cura, scalciandole, sarcandole, o stirpando le germoglianti ampolle, ò cotal altra cosa facendo, di queste arbori sono il Fago, la Quercia l'Elce, il Cornio, il Comaro, et tali altri arbori, et parimẽte alcuni frutti ci, come il Rouo, il Canirouo, l'Acherdo, il Pero, il Pruno salnatico, & quello che produce il frutto chiamato Epimelide, et nella Italia detto vnedone, ilqnale nuoce allo stomaco, & fa doler nel capo, et è acerbo molto con alquanto di dolcezza. Or i vilani vsano mangiar i Cornij, il frutto del Canirubo, le giande, & il frutto del Comaro, ma il frutto de gli altri arbori, et fruttici non usano molto, nientedimeno essendo stata caristia nelle contrade nostre, & essendo grande abondanza di nespole, & giande, i uillani nelle fosse riponendole per

tutto il verno, & Primauera, in uece di biade le usarono. Ma innanzi erano cibi da porci. Li quali non potendo, essi all'hora sustentare nell verno, come per lo innanzi gli uccideuano innanzi il uerno, & se li mangiauano. Poscia disoterando le giande le mangiauano, uariamente ad uso di cibo preparandole. Percio che alle uolte nellacqua si lissauano, & coprendole sotto calda cenere mezzanamente le brostolliuano. Alle uolte anchora impastauano & ne faceano pultiglia, hora con acqua sola diguazzandole, & con alcun altro condimento confettandole, hora con mele condendole hora nel latte cuocendole. Il nutrimẽto loro è copioso, ne è cosa in questo secondo libro, detta, che le paregi. Conciosia cosa che le giande tanto ben nutricano, quanto molti cibi, che dette biade si pigliano. Et in uero altre fiate, come si dice, gli huomini di sole giande si uiueuano: & gli Arcadi usarono longo tempo le giande in cibo, usando tutti gli altri Greci i frutti cereali. Ma l'alimento, il quale esse danno al corpo, tradi trapassa, & è di grosso suco, onde ne segue, che egli sia à smaltir difficile. Ma del tutto è piggior il frutto del Cemaro, che le giande delle quercie, si come queste sono peggiori delle castagne, le quali sono di tutte le giande migliori. Chiamano alcuni questi frutti lupimus, cioè, castagne di piu densa corteccia. Ma questi intra i frutti saluatiche danno al corpo notabil nutrimento. Perche i Cornij, le giande, l'Elce, il frutto del rocio, il reuocanino, il frutto del Comaro, le giogiole, li diosperi, gli Alicacabi, il frutto del teribinto, & l'Acherdo,

cherdo, & simili, hanno alquanto di nutrimento, ma sono di tristo suco tutti: oltre che alcuni d'essi nocciono allo stomaco, & sono insoaui, essendo cibi da porci non domestichi, ma di quelli che su ne i monti uiuono: iquali per il piu di questi frutti si pascono.

Di cibi che dalle piante istesse si pigliano. Cap. XXXVIII.

Spesse fiate nõ solamẽte i semi, & i frutti delle piã te ma anchora le piãte istesse s'usano in cibo, e alle uol te le radici sole, ouero le sõmità, ouero i nouelli germo gli, secondo che la necessità ci sforza. I nostri huomini quantunque siano soliti gettar uia le foglie & i cauoli delle Rape, nondimeno per bisogno di miglior cibo le mangiano, & cosi quelle del Raffano tanto domestico, quanto saluatico. Et oltre di cio il Piletro, il Sio, l'Hipposetino il finocchio, la sandice, la Cicoria, la Condrilla, il Dauco, & i teneri germogli d'assaissime arbori & fruttici, gli huomini tratti dalla fame spesse fiate cotte le mangiono Ma certe anchora senza necessità si mangiano, come le sommità delle Palme, le quali si chiamano ceruello di Palma. che dirò io anchora delle tenere spine queste anchora si mangiano senza necessità con aceto & garo, & è tuttauia cibo tollerabile. Ma altri ui giongono anchora oglio, & spetialmente quando siano nell'acqua bollite, perche le usano in due modi, cioè crude, & questo spesse fiate, & alle uolte lesse. Per piante spinose intendo io gli Scolimi, cioè, Cardi, l'Attrattilide, l'Eringio, lo Cnico, cioè, Cartamo,

tamo, l'Attragide, & la spire alba detta, & appresso, la seconda spetie del Cameleonte, delle quali alcuni rustici certi ne mettono nell'aceto & muria, & le conseruano, come le Pepe, le Cipole, & i chiamati Ampele prassi, il Piletro, & altre tali. Sono quasi di questa spetie anchora la faua egittia, la Colocasia, & l'Abaton nomato. Ma è cosa chiara, che questi tali cibi, oltre che prestan al corpo poco nutrimento, sono anchora di uitioso succo. Et alcune d'esse nocciono allo stomaco, eccetto, come dissi, le sommità delle spine nouellamēte pullulāti. Ma tutte quelle che in maria & acetto si ripongono, & per tutto l'anno seguente si conseruano, riceuono dalla conditura nō so che, a mangiar ci inuita, se parcamente si pigliano, quali sono i ramicelli dell'Agnocasto, et del Teribinto. Queste adūque nelle piante saluatiche si connumerano, delle quali questo generalmente basta à sapere, che tutte sono di uitioso suco. Ma delle domestiche sarà assai meglio conoscere la uirtù di ciascheduna particolarmente, che in generale, & di quelle specialmente che sono in continuo uso. Le quali anchora per questa istessa causa agradiscono à gli huomini, che per longa isperientia, sono prouate essere di tutte l'altre le migliori. Et percio diremo di queste per l'adietro da gli herbaggi d'horto incominciando.

Della lattuca. Cap. XXXIX.

Molti medici hanno preferito quest'herbaggio a tutti gli altri, si come i Fichi a i frutti autonnali, per esser di suco miglior di quelli. Et quello che alcuni in esso riprendono, & degno di somma laude. Il che se pur fusse

fusse uero, egli non solamente non cederebbe a l'altre herbe, ma n'anco à i cibi d'ottimo suco, & di perfetto nutrimento. Perche dicono, che egli genera sangue. Ma alcuni non dicono simplicemente sangue, ma ui giongono quella parola molto: dicendo la lattuca genera molto sangue, ma questi etiandio che con maggior argomento la dannino, nondimeno dicono maggior bugia: Percioche questo istesso generar molto sangue, alcun non il riprenderebbe a ragione. Conciosia cosa che è manifesto cotal cibo essere di suco tra gli altri piu prestante, s'egli pur genera molto sangue, & niun altro humore. Ma se diranno dalla latuga ragunarsi molto sangue, & percio la riprendano, sarà cosa facilissima à ributar cotal obiettione, potendo quelli che la usano, da l'un canto accrescier gli essercitii, dall'altro usarla parcamente. Basti adunque hauer detto queste parolle contra quelli, che biasmano questo herbaggio sanza ragione. Ma e da sapere che generandosi da tutte l'herbe sangue pochissimo, & uitioso, della lattuga, ne molto ne tristo sangue generarsi, ma non pero del tutto laudabile. Mangiasi la lattuga per il piu cruda, ma nella State quando ella incomincia produr il seme, prima cuocendola nell'acqua dolce, con olio, garo, & aceto, si piglia, o con qualche altro salsamento, & condimento, & massime, con quelli chi con cascio s'apparecchiano. Ma alcuni l'usano innanzi ch'ella producbi il gambo, lessandola nell'acqua. Il che ho io incominciato fare, poscia che mi dogliono i denti. Perche un certo mio famigliare aduertēdo quest'herba essermi altre uolte sta

ta

ta famigliare, & hora essermi a masticare malageuo-
le, mi persuase à cuocerla, usaua io da giouane la lat-
tuga, per refrigerio dello stomaco, ilquale continuamẽ
te era uessato dalla collera, ma poscia che peruenni
alla età matura, mi fù quest'herba alle uigilie rime-
dio. Perche in questa età à studio mi procuraua il
sonno, all'opposito di quello che in giouentù faceua.
Perche m'era noioso il ueggiar inuoluntario. Il che
mi accadeua, si perche da giouane ne era assuefatto
spontaniamente alle uigilie, si perche la età di uecchi
è molto alle uigilie soggetta. Per tanto la lattuga pre
sa la sera m'era alle uigilie presentanio rimedio. Ma
per questa parola thridacine non intendo io altro, che
quello, hoggi da tutti ì Greci chiamato thridaca cio è
lattuca. Perche appresso a noi Asiani è vna certa al-
tr'herba saluatica, chiamata thridacine, la quale na
sce longo le uie, & le alte ripe di fossi, & ne i luoghi
herbosi, acquosi, et incolti. Ma e picciola quest'her-
ba, come la lattuca domestica di poco nata, & e al-
quanto amara et molto piu anchora mentre che la cre
scie, ma poi che ha prodotto il cauolo, è manifesta-
mente amara e anchora una certa altra herba à que-
sta lattuga simile, la quale chiamano Condrilla, &
piu per tempo mette il cauolo, & e piu manifestamen
te amara. Et contiene un certo suco uiscoso, &
bianco, a guisa del suco de i Titimelli, non pero acre,
come quello, ilquale alle volte s'usa a fermar i peli nel
le palpebre. Quest'herbe adunque accio che si discerni
no dalle hortensi, sono dette saluatiche, delle quali
poco fa in generale habbiamo ragionato. Ma della
latuca

lattuca hortense, la quale tutti usano mangiare, & chiamarla thridaca, ripigliando, in somma, perche meglio si tenga in memoria, dico, che la contiene suco humido, & freddo, ma non però uitioso, pertanto non è indigestibile, come sono l'altre herbe, ne costringe il uentre, ne l'amolla, il che percio le auuiene, che non è punto ne austera, ne acerba, dalle quali facultà cõmunemẽte si costipa il uentre, come dalle acri et salse et in somma, da quelle, che tengono del asterusio, si prouoca all'egestione, delle quali niuna nella lattuca si cõtiene.

Della Endiuia. Cap. XL.

Non ti saprei ben dire, se le sole chiamate da Romani intybi, cio è, Endiuie, fossero da gli antichi Atheniesi chiamate solamente seres, ò pure certe altr'herbe altresi, ma la Endiuia è di uirtu alla lattuga pare: benche di soauita, & d'altre cose già dette, le sia inferiore.

Della Malua. Cap. XLI.

Di questa anchora la saluatica è dalla domestica diuersa, come la lattuca siluestre dalla hortense. Perche etiãdio che le piante siano d'una istessa fatta, sono non dimeno intra loro differenti, perche nella saluatica domina la siccità, & nella hortense la humidita. Ma la Malua è di suco che tiene à uiscosita, il che non è nella lattuca, & manifestamente si dilunga dalla refrigeratione, il che innanzi mangiare potrai conoscere, se in modo di cataplasma, ad alcuna calda infermita l'una & l'altra herba uicendeuolmente applicherai. Il che ancora si fa cõmunemente, pestando diligentemente le tenere foglie, tanto che mollissime diuengano pche in cio chiaramente si cõprenderà, che la lattuca manifesta

mẽte refrigera, & la Malua tiene ad un certo calore moderato & tepido, si smaltisce quest'herba facilmente, non tanto per la humidità, quanto per la uiscosità, et massime se con olio & garo in quantita si pigliarà, nutrica anchora mediocremente. Ma se compararai il suco di queste tre herbe, cio è, Bieta, Malua, & lattuca, ti parera il suco della Bieta esser sottile, & astersiuo, ma quello della Malua piu grosso & uiscoso, & quello della lattuca intra ambiduoi mezzano.

Della bieta. Cap. XLII.

Dissi la Malua essere non solamente domestica, ma esserne anchora una saluatica, come la lattuca altresi. Ma la Bieta non è saluatica, saluo, se il lapato cosi si nomesse. Il suco della Bieta è manifestamente astersiuo, & anchora prouoca il uentre alla egestione, & alle uolte rode lo stomaco, à quelli specialmente, i quali naturalmente l'hanno molto sensitiuo, & percio è cibo allo stomaco nociuo, in gran quantità pigliato, ma il nutrimento suo è poco, qual è anchora degli altri herbaggi. Et è piu appropriato alle opilationi del fegato, che la Malua, & piu anchora se con senape, ò al meno con aceto si piglia. E anchora bona medicina à gli splenetici, nel medesimo modo tolto. Per il che meglio medicina che cibo si direbbe, quando cosi si piglia. Et ueggiamo quasi tutti questi tali cose usarsi in uece di companatico & non di cibo, come alle uolte s'usano il Porro, il Pulegio, il Thymo, et l'origano: le cipolle anchora, l'Aglio, il Cardamo, et tutti gli altri tali.

Della Brassica, ouero Cauolo. Cap. XLIII.

Questo anchora si piglia da molti in compãnatico, ma l'usano

ma l'usano i medici come medicina, di questo è stato ragionato ne i libri delle uirtù de i simplici, & nel libro precedente, & hora ne diremo sotto breuità. Il suco suo e di uirtù alquanto solutiua, ma la sustantia istessa, qual è la natura delli disseccatiui, è piu presto costipatiua, che solutiua. Quando adunque uorremo che si smaltiscano gli escrementi del corpo, conuerrà subbito trasferirli dalla pentola nella quale sono stati in acqua lessi, nei uasi uicino posti, con olio & garo preparati: ne importa, che in uece di garo si pigli il sale. Ma uolendo desseccare le humidita del uentre, quando paiono mezzanamente cotti, gettandone la prima brouatura, infonderemo dell'alttr'acqua che sia calda, & di nouo ui cuoceremo dentro i cauoli tanto, che siano ben molli. Il che non si fa, quando si pigliano per purgar il uentre, perche in tal caso, non uogliamo, che depongbino il natio suco loro, ma che il ritengano, quanto piu sia possibile, ma non si puo fare, che le cose, che si cuocono, ritengano del tutto il suco loro natio, anzi il perdono tutto, se longo tempo fiano cotte, similmente dicemmo la lente douersi preparare: potendo anche' essa l'un & l'altro effetto, cio è, allargamento, & costringimento del uentre, partorire. Ma quella che cosi si prepara, si chiama biscotta, & non solamente la lente & il cauolo, ma anchora la cipola, il Porro, & molto più l'aglio, & l'Ampeloprasso. Et quando ti piacerà qualunque altra cosa in natura alla prima sua contraria tramutare, cosi la preparerai, questo sempre sopra tutto tenendo in memoria, cosa che due fiate si cuoca, non douer toccar ne aria, ne acqua fredda, per-

che poscia non si potra quantunque longamente la cuocerai, ben intenerire, ma conuiene, come ho detto, hauer in pronto acqua calda, accio che tratti dalla prima, tostamente in quella si trasferiscano, per tanto la lente & la Brassica ugualmente disseccano, & percio ingrossano la uista, saluo, se l'occhio tutto fusse piu humido, di quello che naturalmente si gli conuiene, ma la lente presta al corpo non poco nutrimento, & questo grosso e maninconico, la doue la Brassica è di poco nutrimento, & piu humido di quello della lente, per non esser egli di sodo, ma di solubile nutrimento: ne il suco suo è laudabile, come quello della lattuca, ma è tristo & d'odor graue. Quãto alla orina, non posso affermare, che egli sia notabilmente utile, ò danoso ma quelli che seguono la falsa disciplina, istimano quest'herbaggio nomarsi Raffano come se noi ragionassimo con gli Athueniesi, che gia seicento anni furono, & non con i Greci d'hoggdi, i quali, tutti costumano di nõ proferir questo nome crãbe, cio è, Brassica, di niuna altra piãta.

Della Triplice & del Blito. Cap. XLIIII.

Queste sono dell'altr'herbe piu acquose & insipide, piu ò non meno della zucca, quando almeno che siano cotte, perche sola la lattuca tra l'altr'herbe all'uno è l'altro modo si piglia, ma se alcuno col gusto comprenderà la qualità della Triplice è del Blito, & poscia si ricordera della Brassica, concederà la lattuga essere intra queste herbe & la Brassica mezzana, essendo quella molto disseccatiua, & queste del tutto acquidose, & percio non con olio & garo solamente queste si pigliano, ma con aceto anchora, perche altrimente prese sono

se sono allo stomaco noiose, ma detto habbiamo che cotali herbe non si smaltiscono con difficulta, & massime, quando oltre che sono humide, sono anchor uiscose: non sono pero al discendere molto procliue, perche non hanno alcuna acre ò molesta qualità, la quale sollециti il uentre alla egestione, & è manifesto, che prestan al corpo pochissimo nutrimento.

Della Porcellana. Cap. XLV.

Vsanla alcuni come alimento, ma contiene poco nutrimento, & questo humido freddo et uiscoso, ma come medicamento leua lo stupor di denti, con la uiscosità sua priua di rodimento, della quale si ragionerà piu diffusamente, nel libro delle medicine.

Del Lapato. Cap. XLVI.

Potrebbe dir alcuno che egli fosse Bieta saluatica, come gia habbiamo detto, essendo egli nõ solamẽte al gusto, ma di uirtù anchora alla Bieta domestica somigliante, ma perche la Bieta e piu grata che il lapato, però ognuno la usa piu uoluntieri, pertanto non ho più che dir del lapato, hauendone nel capitolo della Bieta, quanto bisognaua, ragionato.

Dell'Oxilapato, cioè Lapato acetoso. Cap. XLVII.

Il nome istesso manifesta la qualità, & uirtu di questa pianta: perche ella altro non è, che Lapato acetoso quanto al lapato adunque, non è che'l mangi crudo, come ne ancho la Bieta, ma l'oxilapato si mangia crudo dalle donne grauide di contato, & alle uolte da fanciulli appetitosi, Ma è cosa chiara, che questa anchora tiene molto piu all'herbe non nutritiue, che il Lapato.

Del Solano, ouero Solatro. Cap. XLVIII.

Non conosco herba di quelle chè si mangiono, che sia tanto costrettiua, quanto il Solano. Però meritamente rare uolte s'usa come cibo, ma come medicamento, spesso. Perche egli è efficace, oue sia bisogno di constipatiua frigidità. Ma e di pochissimo nutrimento.

Delle Piante spinose. Cap. XLIX.

Molti di contato mangiano cotali piante recentemente nate, prima che le foglie loro produchino le spine, & queste non solamente crude, ma anchora nell' acqua lesse, le crude con aceto & garo condendo, le lesse con olio. Ma detto habbiamo dianzi, che tutte l'herbe danno pochissimo nutrimēto, & questo tenne et acquoso. Le spinose sono mezzanamente stomacali, delle quali una è lo scholimo, & l'Attratilide, & la detta Leucantha, il Dipsaco lo Cnico, la Tragacanta, l'Attragide, & quella che piu si prezza del doure, il Carchioffo.

Del Carchioffo. Cap. L.

Chiamano questa pianta gli sprezzatori del commū parlare, Cynara, per c, & ypsilon, & non per c, & iotta proferendola. E cibo di suco uitioso, & massime quando la sia molto allegnata. Perche all'hora contiene piu di suco bilioso, & la sustantia sua e piu legnosa. Talche da lei si genera sangue malinconico. Et dal suco, che in essa si contiene, sangue sottile & bilioso. Onde meglio sarebbe mangiarlo lesso, così però, che pigliandosi con olio, garo, & vino, ui si giongesse coriandro. Ma se ne i tegami si prepara, ò nella patella, senza queste cose si debe pigliare, Perche molti in

ti in tal modo mangiano i capi loro, che ſi chiamano ſpondyli.

Dell'Apio, Hipposelino, Sio, & Smirnio. Cap. LI.

Queſte herbe tutte ſono diuretiche, tra le quali l'Apio e uſitatiſſimo, & e ſoaue, & ſtomacale: ma l'Hippoſelino, el Sio ſono men ſoaui. Lo ſmirnio in uero non è del tutto inſoaue, perche à Roma ſe ne uende gran quantità, & è molto piu acre, & caldo, che l'Apio, & appreſſo tiene alquanto del aromatico. Et percio prouoca l'orina piu ualentemente che l'Apio, Hippoſelino, & Sio, & alle donne moue i meſtrui. Nella Primauera produce il gambo, il quale crudo ſi mangia, ma altrimente che le foglie nel uerno, le quali ſole reſtano, nella pianta, come etiandio l'Apio. Ma produtto poſcia il gambo, tutta la pianta rieſcie piu ſoaue, cruda ò leſſa. Che ſi mangi, hora con olio & garo, hora con gionta di vino, ò d'aceto. Ma alcuni il mangiano con aceto ſolo & garo, come anchora l'Apio: & altri aggiongendoui alquanto di olio. L'Hippoſelino el Sio ſi mangiono leſſi, perche ambidue crudi rieſcono ingrati. Altri mangiano l'Apio el Sio con la lattuga meſcolati, perche eſſendo la lattuca herba inſipida, & di freddo ſuco, diuenta piu grata, & piu gioueuole, con alcuna delle coſe acri meſcolata. Per tanto alcuni la meſcolano con foglie di Rochetta, & di Porro, & altre con foglie di Baſilicò. Ma in Roma queſt'herba uolgarmente non ſmirnio, ma oluſatro ſi chiama. Et alcuno forſi non la degnarebbe di tanto honore di riporla nel Catalogo de

gli alimenti, come n'anco il Sio, ne l'Hipposelino. Perche tali si tenggono ad uso de condimenti, quali sono le Cipolle, l'aglio, i porri, & gli Ampelopressi, & in somma, tutte le cose acri. Di questa spetie sono la Rutta, l'Hissopo, l'Origano, il Finochio, il Coriandro, di quali ne i libri di condimenti si tratta, à i medici & à i cuoghi quodammodo communi quantunque il fine & la intentione sia propria & particolare. Perche noi attendiamo alla utilità, & non alla giocondità di cibi. Ma in alcuni la insoauità di cibi è in gran parte causa che non si digeriscano. Onde è meglio che mediocremente si condiscano. Ma la voluntà di cuoghi suole per il piu usar medicamenti si fattamente tristi, che piu presto portano nocumento, che aiuttorio alla digestione.

Della Ruchetta. Cap. LII.

Quest'herba è manifestamente calda, onde non solamente non è facile il mangiarla sola, senza mescolarla con la lattuca: ma credesi anchora che la generi lo sperma, & desti le uoglie a gli amorosi abbraciamenti. Cria dolor nel capo, & massime mangiata sola.

Della Ortica. Cap. LIII.

Questa anchora è una certa herba saluatica, & è di virtù & sustantia tenue. Niuno l'usa come nutrimento, saluo, se non è da fame grandissima costretto. Ma è utile come condimento, & come medicamento à lubricar il uentre.

Del Gingidio & della Scandice. Cap. LIIII.

Nasce abondantissimamente il Gingidio nella Siria,

ria, & iui usasi in cibo, come appresso à noi la Scandice. E molto stomacale crudo, ò lesso che si mangi, ma sustiene longa cottura. Alcuni il mangiono con olio, & garo, & altri congionta di vino, ò d'aceto & in tal modo è allo stomaco molto piu grato. tolto con aceto desta l'appetito. Ma è chiaro, che quest'herbaggio tiene piu ad uso di medicina, che di cibo, essendo egli & di stiticità, & d'amarezza non poco partecipe.

Del Basilicò. Cap. LV.

Et questo usano molti come condimento pigliandolo con olio & garo. Ma contiene suco molto uitioso. Onde dicono alcuni vna bugia, dicendo, che ponendo si trito in noua pentola, in pochi giorni genera scorpioni, & spetialmente, se ogni giorno si mettesse al Sole. Il che è una menzogna. Ma che egli sia di suco uitioso, & allo stomaco nemico, & à digerire difficile, in questo diressi ben il uero.

Del Finochio. Cap. LVI.

Questo alle volte nasce spontaniamente, come anchor l'Aneto, ben che si semina anchora ne gli horti. Ma usasi l'Aneto come condimento, & il Finochio come companatico. Appresso à noi si conserua confettandolo come il Piletro & il Teribinto: & è utile per tutto l'anno, come etiandio le Cipolle, le Rape, & altre, cose tali, parte con sol'aceto, parte con muria confettandole.

De gli Sparasi. Cap. LVII.

Mon fa al fatto nostro il considerare se per ph si debba

debba proferir la secōda sillaba di questa parola Aspa
rago, ò per p, come tutti pronunciano perche queste
cose non si scriuono à gli studiosi del parlare Attico,
i quali in questo anchora mostrano di non intendere gli
scritti ne la mente di Platone: ma à quelli chi studiano
di conseruarsi in sanità, chiamando adunque quasi tut
ti i greci i teneri gambi asparagi per p, mentre che cre
scono fin che produchino il frutto el seme, diremo noi le
uirtu loro, concedendo à chi gli usano, il nomarli come
piu loro piace. Egli è il uero, che molte herbe, & in
summa, molte piante da se producono cotali germini,
ma non però tutti si mangiono. Per tanto noi parlere-
mo di piu consueti, si come ne i sù detti cibi habbiamo
fatto, dico adunque che il brombolo della Brassica, da
alcuni chiamato Cyma, credo, per cōtrattione della pa
rola Cyema trisillaba, e della Brassica istessa men des-
seccatiuo: qualunque il gambo dell'altre herbe sia di
piu secca temperatura, che le foglie: & massime quan
do s'auuicinano à produr il fruto. Ma per altre herbe,
intendo queste, la lattuca, la Triplice, il Blito, la Bie-
ta, la Malua: & pel contrario l'Asparago della Radi
ce, della cipolla, del Senape, del cardamo, del Piletro,
& quasi di tutte le piante acri & calde, accade che
egli sia delle foglie piu humido. Il Bulbo anchora,
l'Apio, il Sio, la Ruchetta, il Basilicò, l'oxylapato, il
lapato, & tutti gli altri herbaggi hortensi, prima che
produchino frutto alcuno, mettono il fusto, Ma quan
do hanno produtto il frutto, si dissecca, & si fa a gli
huomini cibo inutile. Hor tutti questi in acqua lessi con
olio & garo si mãngiono con gionta di poco aceto, per
che

che cosi diuentano piu soaui, & allo stomaco piu grati, prestan al corpo poco nutrimento, & questo di non laudabil suco.

D'vn'altra spetie di Sparasi. Cap. LVIII.

Euui un'altra, fatta di Sparasi i quali su le piante frutticose nascono, qual è l'oximersine, la Camedafne, & l'oxiacanta: & altri sono da queste differenti, come il Basililicò, & il chiamato Helio, si come quello della Brionia e da questi diuerso. Sono non dimeno tutti grati allo stomaco, & diuretici, & sono alquanto nutritiui questi tali quando siano ben digesti sono tanto piu di quelli che nascono delle herbe nutritiue, quanto anchora son piu secchi. E una certa somiglianza tra i germini di frutt ici, & degli arbori, ma non sono pero una istessa cosa, perche quelli de gli arbori sono piu legnosi, & pertanto di questi anchora particolarmente parlaremo.

Di Germini de gli arbori, & di frutti ci. Cap. LIX.

I Germini de gli arbori & di fruttici si rassembrano à li sparasi dell'herbe. Perche quegli anchora sono teneri rampolli delle piante, le quali si mouono alla generation del frutto. Ma sono in cio differente che lo stelo, de gli arbori è permanente, il quale risponde proportionalmente al gambo de gli herbaggi maggiori & delli menori, & il gambo di questi è d'un sol anno. Or tutti i germini degli arbori & di fruttici, lessi in acqua si possono mangiare, eccetto, alcuni insoaui & medicinali non pero s'usano in abondantia de cibi migliori, ma per necessità si mangiano. Perche nutricano pur al

quanto

quanto, quando che ſiano ben digeſti. Ma i megliori tra queſti ſono quelli del Terebinto, q̃lli dell'Agno caſto, & della uite, & del Schino, & del Rouo, & del cinosbate cio è, Rouo canino. Ma appreſſo à noi ſi ripongono i germini del Teribinto in aceto ò muria conditi.

Della differentia delle parti delle piante che ſi mangiano. Cap. LX.

Vorrei che fuſſe uero quanto ha ſcritto Mneſitheo nel libro de gli Alimenti. Perche la uniuerſal dottrina, quando ella è uera, inſegna molte coſe, come eſſendo falſa offende molto. Hor queſte ſono quelle coſe, le quali generalmente delle piante ſcriſſe Mneſitheo. Primieramente tutte le radici ſono difficili à digerire, & ſono conturbatiue, come è la Radice, cio è, il Raffano, l'Aglio, le cipolle, le Rape, & quante ne ſono di queſta fatta. Perche la radice, & cio che ſotto terra naſce delle coſe che ſi mangiono, tutto ſi riduce ſotto la ſpetie de gli indigeſtibili. Perche l'alimento aſcende dalla radice de tutte le parti delle piante, onde accade che ragunano in ſè molto humore, per il piu indigeſto. Et nō puo eſſere, che egli ſia tutto digeſto eſſendo che q̃llo che è digeſto pare eſſer perfetto. Ma l'humore che è nelle radice, diſtribuito alle parti delle piante, neceſſariamente ha da riceuere da quelle la perfetta ſua digeſtione. Perche tutte riceuono l'alimēto dalla radice. Pero neceſſariamente gli humori in quella ſi contengono indigeſti. Perche iui ragunate aſpettano la perfetta concottione nelle parti ſoprane delle piante. Peril che meritamente, nelle radice ſi contengono humori indigeſti. Onde meriteuolmente da queſte ne uiene à i

ne à i corpi nostri humido alimento & conturbatiuo. Questa adunque è l'oppenione di Mnesitheo, la quale in parole riescie uerisimile, ma ĩ effetto poscia si ritruoua falsa. Perche in uero il Raffano ha le radici molto piu acri che il fusto & le foglie: parimente la cipolla, l'Ampelopresso, il Porro, & l'Aglio. Et se uorrai far comparatione della radice della Bieta, della Malua, & della Rapa, con le lor foglie, la trouerai di uirtù piu efficace: & similmente della althea, la quale par essere una certa spetie di malua saluatica perche la radice sua, come anchora quella della Bieta manifesta la uirtu sua, in risoluere i tumori flegmonosi, al che non bastano le foglie loro. Et piu, trouerai le foglie delle piante medicamentose, le quali hanno le radice alle predette pari, essere di quelle piu impontenti, come del Cyclinino, della squilla, dell'Aro, del Dragontio, & di molt'altri. Perche si come bonissima parte della sustantia dell'altre piante, si contiene ne i gambi & rami loro, cosi in queste nella radice, la quale dalla natura loro spetialmente si crescie, & nutre: & quello che in esso lei non è ben digesto, il manda alle foglie, & al fusto. Queste adunque hanno nel verno anchora la radice grande, ma nella Primauera producono il gambo, quando à fruttificar si mouono. E anchora manifesto, che ne gli animali la natura alle uolte usa capriciosamẽte il superfluo di tutta la sustantia, come dice Aristotele, alla generatione di certe parti non necessarie, come ne i Cerui à procrear i corni: & in altri animali alla grandezza & moltitudine delle spine, ò de i peli. Onde è cosa piu secura, consi-

derare

derare ciascheduna parte, che nelle piante si contengono, primieramente di perse, gustandole, & odorandole, & poscia in cibo sprimentandole: per che l'odorare & il gustare, insegnandoci che & qual odore & sapore habbia la parte della pianta, con questi ci dimostra insieme ogni temperamento di essa pianta. Ma con isperientia conuenientemente fatta, si ritruoua esattamente la virtù di quella, dimostrandoci cio alle volte insieme con questi anchora la fattezza della pianta, & il suco, che in quella si contiene. Perche certe sono di humido & acquoso suco, & certe di grosso & viscoso, i quali succhi bisogna di per se gustare. Perche certi sono acri, ò acidi, ò amari, & certi salsi, come anchora altri sono austeri, altri acerbi, & altri acquosi, ò dolci. Per tanto non si debe credere à Mnesitheo, che la sententia sua uniuersalmente pronuntiata sia proficua. Ma bisogna separatamente ciascheduna parte delle piante isprimentare.

Delle Rape. Cap. LXI.

Di questa pianta la parte che sopra terra auanza è della generatione delli herbaggi hortensi. Ma la radice, che sotto terra si cuopre, non cuocendosi, è dura, & à mangiar non buona. Cotta nell'acqua marauiglia sarebbe, se la nutresse meno delle altre della sua generatione. Ma ella si prepara in piu maniere & la condiscono sin con mutia & aceto, accio che per tutto l'anno si possa mangiare, il suco suo è piu che mezzanamente grosso, per ilche quando abunda tal suco, per usarla in cibo, & massime, quando nel uentricolo mal si digerisce all'hora si raguna l'humore chiamato cru

do.

do. Ma quanto alla egestione, nuin direbbe, ch'ella le cõtrarii ò cõferisca, & massime, quando la sia ben cotta. Perche ella è bisognosa di longa cottura, & quella e ottima che sia due fiate cotta, come inanzi s'e detto di cotal preparatione. Ma s'ella si pigliasse piu cruda che nõ e dura à digerire, & e uentosa, & allo stomaco nociua, et alle uolte causa nel uentre rodimento.

Del Aro. Cap. LXII.

La radice di questa pianta si mangia come la rapa. Ma in alcune regioni uiene alquanto piu acre, tal che à quella del Dragontio s'auicina. Et bisogna quando si cuoce, gettarne uia la prima acqua, & in altra calda trasferirla, come della Brassica, & della Lente habbiamo detto in Cyrene questa pianta e diuersa da quella, che nella nostra regione nasce. Perche l'Aro in que luoghi e puoco medicinale & acre. Di maniera che e delle Rape anchor migliore. Percio si porta anchora in Italia la radice come quella che longo tempo può durare, senza corrumpersi ò germogliare. Ma e ben chiaro, che questa è à mangiar migliore. Ma se alcun uolesse spiccar dal petto & dal polmone per uia di tossa humori grossi & uiscosi, la piu acuta et medicamentosa in cio è migliore. Mangiasi cotta nel l'acqua insieme con senape, ò aceto, con olio, & garo. Et anchora con condimenti da Greci chiamati Hiponimata, & con sale, & quelli, che con cascio s'apparechiano. Ne anco e cosa oscura, che'l sugo, che quindi passa al fegato, & à tutto'l corpo, onde si nutriscono gli animali, tiene alquanto à grossezza, come delle Rape detto habbiamo: & massime, quando le

radici

radici siano come quelle da Cyrene non medicamento se. Perche appresso à noi in Asia uengono gli Ari buo no parte acri & medicamentosi.

Del Dragontio. Cap. LXIII.

Et la radice di questa alle uolte si da à mangiare les sandola due ò tre fiate, accio che la diponga il medicinale, et questo, quãdo gli humori grossi e uiscosi nel pet to, et nel polmone cõtenuti richiedono uirtu piu efficace, ma dei hauer in memoria q̃llo, che e cõmune a tutti i cibi, cio e, che gli acri & amari prestan al corpo mã co nutrimento, ma gli insipidi molto, & piu di questi i dolci: & tanto piu se saranno di sustantia soda si, che non siano di corporatura ne tenui, ne grossi, ne molli, essendo adunque tu di tali cose aduertito, & appresso, se aduertirai, che nel lessarte, ò arrostirle, ò friggerle nella padella depongbino le lor forti qualità. non bisognera che tu sii da me di ciascheduna di queste cosè aduertito, le quali alla isperientia si riducono, & che di tutte appartatamente ti ragioni, ma ti esplichero ben quelle che continuamente s'usano, come nell'altre anchora habbiamo fatto.

Del Amphodillo. Cap. LXIIII.

La radice del Amphodillo nella grandezza, nella figura, nella amarezza, in parte alla radice della squilla s'assomiglia, preparata à guisa di lupini dipone grã parte dell'amarezza sua, & quella è dalla squilla in cio differente, che difficilmente la qualità sua perde. Hesiodo in uero pare laudare l'Amfodillo, oue dice: ne quanto nella Malua & Amfodillo, di buono si contiene, ma io so bene che certi di contato in tempo

di careſtia, piu uolte leſſandola, & in acqua dolce macerandola, appena la faceuano à mangiare habile. Ma in uero la uirtu di queſta radice è diſopilatiua, & ſottigliatiua, ma altrimente che quella del Dragontio. per il che alcuni gli ſuoi aſparagi uſano come preſentaneo rimedio à gli Icterici.

Di Bulbi. Cap. LXV.

Sono di queſta fatta anchora i Bulbi. Perche la radice loro ſi mangia ſanza foglie. Ma nella prima uera ſi mangiano anchora alle uolte gli ſuoi aſparaſi. Contiene in ſe facultà manifeſtamente amara & auſtera, & per tanto deſta anchora alquanto l'appetito, ne manco contraria à chi uoleſſe iſpurgare pel ſputo qualche coſa dal petto ò dal polmone, quãtunque la ſuſtãtia del corpo ſuo ſia groſſa & uiſcoſa. perche la amarezza s'oppone alla groſſezza, atta à tagliare le coſe groſſe & uiſcoſe, ſi come ne i libri di medicamenti habbiamo detto. Per tanto quando che ſiano due fiate cotti, diuentano piu nutritiui, ma cõtrariano poſcia à quelle coſe, che pel ſputo s'hanno da purgare, hauendo del tutto dipoſta la ſua amaritudine. Ma all'hora è meglio pigliarli con aceto, con olio & garo inſieme, perche coſi in uero diuentano piu ſoaui, & piu nutritiui, meno uentoſi, & à digerire piu facili. Alcuni hauendone mangiato oltre miſura, ſentirono eſſere loro creſciuto notabilmente lo ſperma, & eſſere fatti piu pronti à gli atti venerei. S'apparecchiano anchora queſte in uarij modi. Perche ſi confettano non ſolamente leſſi, ma ne i piatti anchora, uariamente ſi condiſcono. Et altri nella

padella fritti li pigliano, et altri cotti sù le bracie. Ma questi non sustienono molta cottura, anzi poca gliene basta. Alcuni curandosi che ritengano la austerità & amarezza loro, non gli lessano. Perche così destano piu l'appetito. Ma per destar l'appettito, sarebbe assai, che due ò tre sene mangiassero. Et se passassero il modo in questi sifattamente preparati, & massime, se come costumano, piu crudi che cotti gli usassero, di nouo perderebbono l'appetito. Et alle uolte fanno uentosità, & tormine, non essendo conuenientemente lessi. Questi così mangiati non generan buon alimento. Ma li molto ben cotti, ouerò anchora ricotti, come ho detto, quanlunque generin piu grosso suco, non dimeno per altro sono migliori & piu nutritiui.

Della Pestinaca, Dauco, & Caro. Cap. LXVI.

Si mangiano anchora le radici di queste: ma nutricano meno che le Rape, & meno de gli Ari da Cyrene. Riscaldano manifestamente & paiono hauer alquanto del aromatico. Sono malageuoli, come l'altre radici, à digerire: ma sono prouocatiue della orina: et usate piu che mezzanamente, criano suco mezzanamente uicioso. La radice del Caro è di miglior suco, di quella della Pestinaca. Alcuni chiamano la Pestinaca saluatica Dauco, per essere piu diuretica, & piu medicamentosa, & che longo tempo uuol esser cotta, douendosi mangiare.

Delle Tartuffe. Cap. LXVII.

Et queste si debbono connumerare in tra le radici, oueramente Bolbi, nõ hauendo elle in se manifesta qualita ueruna. Per tanto quelli che le usano, le usano,

come

come soggetto & ricettacolo de condimenti, come anchora l'altre cose, le quali si chiamano apia cio è, insipide, innocue, & acquose quanto al gusto. Ma queste cose tutte hanno questo in commune, che l'alimento loro pel corpo distribuito non ha qualità notabile alcuna, ma e piu freddo che nò, & di grossezza, alla cosa mangiata corrispondente. egli è il uero, che le tartuffe sono di piu grosso alimento, ma le zuche di piu liquido & piu sottile, & cosi nelle altre cose proportionatamente.

Di Fonghi. Cap. LXVIII.

Intra i Fonghi i Boleti nell'acqua conuenientemente lessi, tengono à i cibi insipidi nomati. Non però si mangiano di perse soli, ma si condiscono in uarii modi, come gli altri cibi li quali non hanno notabil qualità alcuna. Ma il nutrimēto loro è pituitoso, et manifestamente freddo, & usandosi di souerchio, è di uitioso suco questi inuero sono intra gli altri Fonghi innocentissimi, i secondi dopo questi sono i nomati amanite. Ma da gli altri sarà cosa secura del tutto astenersi. Perche da quelli molti ne sono stati estinti, ho già conosciuto un certo, il quale hauendo mangiato di Boleti istessi non sofficientemente cotti, gran quantità, i quali paiono pur priui d'ogni nocumento, sustene aggrauamento & cospringimento nello stomaco, & difficultà nel respirare, & perdimenti, & suddori fredi, & fu appena serbato con una medicina, de gli humori grossi incisiua, qual e l'oximele, & de perse, & con hyssopo, & origano, in esso mediocremente cotti, liquali costui tolse, & dopo anchora la spuma intri sopra queste tali

cose spoluerizzata. Dopo tolte queste cose, costui uomito i Fonghi, i quali gia erano quasi mutati in humor pituitoso, freddo & grosso.

Della Radice, ouero Raffano. Cap. LXIX.

I cittadini mangiono per il piu questa cruda, et sola, innanzi à tutti gli altri cibi con garo, per lubricar il uentre, & alcuni ui giongono aceto. Ma i villani spesse fiate la mangiano con pane, à guisa de gli altri condimenti, i quali spontaneamẽte nascono, in tra i quali è l'origano uerde, il cardamo, il Thimo, la Saturegia, il Pulegio, il Serpillo, la Menta, il Calamento, il Piletro la Ruchetta, perche tutti questi uerdi sono condimenti, con i cibi mangiati, & sono tra le spetie delle piante herbose menori, non hortensi. Mangiasi anchora il gambo della Radice, & le foglie, piu tosto per necessita, che per elettione. La Radice è delle cose che di cõtinuo si mangiono piu presto per condimento, che per cibo, non per altro, che per essere anche ella di uirtu sottiglatiua, con manifesta calidita, perche in lei uince la qualita acuta. Suole nella Primauera produr un certo fusto, il quale crescie in alto, come fanno anchora tutte l'altre herbe, le quali sono per metter il gambo, il quale lesso si mangia con olio, et garo, et aceto, come etiandio quello della Rapa, del Senape, & lattuca. Et in uero nutrica piu questo gambo, che la cruda radice, pche nell'acqua dipone l'acuità, ma tuttauia anch'essa è di poco nutrimẽto. Ma alcuni nõ solamente cuocono il gambo, ma anchora la radice, come si cuocono le Rape. Ma egli è da marauegliarsi di que medici, & idioti, i quali dopo cibo, le mãgiano crude per meglio digerire,

rire dicẽdo di cio hauerne buona iſperiẽtia. Ma quanti han voluto imitar coſtoro, ne hanno riportato danno.

Delle Cipolle, Agli, Porri, & Ampelopraſsi. Cap. LXX.

Mangianſi anchora di queſte piante moltiſſime fiate le radici, ma il gambo, & le foglie di rado, le quali hanno anch'eſſi uirtu molto acre, alla radice corriſpõdente. Riſcaldano il corpo, & gli humori groſſi, che in eſſo ſono aſſottigliano, & gli uiſcoſi incidono. Leſſe due fiate dipongono l'acuità, et nondimeno ſottigliano et danno al corpo pochiſſimo nutrimẽto, la doue prima che foſſero leſſe nõ erano punto nutritiue. Ma l'Aglio non ſolamente come condimento, ma anchora come ſano medicamẽto ſi mangia. Sano dico, per eſſere egli diſoppilatiuo, & reſolutiuo: ma legermente cotto, tanto che diponga l'acuità, reſta inuero di uertu menore, ma non ritiene anchora la uitioſità del ſuco: come ne anche i Porri, & le Cipolle, quando che ſiano due fiate cotte. Ma gli Ampelopraſſi tanto ſono da i Porri diuerſi, quanto in tutte l'altre coſe d'una iſteſſa ſpetie ſono le ſaluatiche, dalle domeſtiche diſtante. Alcuni ripongono gli Ampelopraſſi per tutto l'anno ſegnente con aceto condendoli, Come le cipolle altreſi, & ſi fanno à mangiar piu grati, & di ſuco men uitioſo. Ma biſogna aſtenerſi dal continuo uſo delle coſe acri, & maſſime à quelli, che ſono di natura molto collerici. Concio ſia coſa che tali cibi a quelli ſi conuengono, i quali raguna no humori pituitoſi, ò crudi, ò groſſi & viſcoſi.

DI GALENO

DELLA NATVRA DI CIBI.

IL TERZO LIBRO.

Esta che trattiamo de gli alimenti, i quali da gli animali si pigliano di virtù non poco differenti, si nelle parti, come in alcune cose, le quali nelle parti si coutienono, ò iui si generano, intra le quali sono le oua, il latte, il cascio, il botiro, el sangue.

De gli alimenti, i quali da gli animali gressibili si pigliano. Cap. I.

Tutte le parti de gli animali, non hãno la istessa uirtù: ma la carne quando che sia ben cotta genera ottimo sangue, & massime, quella de gli animali di buon suco, quale è quella di tutti ì porci. Perche le parti neruose sono molto piluitose. Ma la carne di porco nutrica sopra tutti gli altri cibi. Et di cio ne hanno certissima isperientia gli athleti, cio è, 'essercitanti. Perche se un giorno hauranno preso d'altri cibi quantità à gli essercicij corrensppondente, il di seguente si truouano piu

no piu indeboliti: il che se faranno piu giorni continui non solamente si senteranno piu indeboliti, ma anchora euidentemente stenuati. Potrai chiarirti di cio, ch'io dico, da i gargioni, ì quali nelle Città se stessi essercitan, & da altri, i quali oprano qualunque forte & gagliarda attione, quali sono i fossatori. Ma la carne di bue presta anch'essa non poco nutrimento, et è à dissoluersi difficile, tuttauia genera sangue più grosso del douere. Et se alcuno fosse anchora di natura molto malinconico, usando largamente in cibo cotal carne, incorrerebbe in alcuna delle malinconiche infermità, delle quali sono il canchero, la Elefancia, la rogna la lebbra, la quartana, & quella che propriamente si chiama malinconia. Et per tal humore la milza anchora si rigonfia, al che spesse fiate ne segue la cacochimia, & la hidropisia. Ma quanto ingrossezza di tutta la sua sustantia, la carne di boue uence la porcina, tanto la porcina uence di uiscosità quella di boue. Tra le carni porcine la giouane à gli huomini di fiorità età, forti, & ben essercitati, è piu facile à digerire. Ma si come tra i porci, i giouani conuengono à i giouani ben habituati così di buoi, quelli conuengono, i quali alla matura età precedono. Perche il boue è di natura piu secco del porco, si come l'huomo di età matura è piu secco del giouane. Per tanto la morbida età conferisce alla mediocrità negli animali de temperatura secca: ma la natura de gli humidi piglia dalla età matura quello che alla buona & conueniente natura, de gli humidi manca. Onde non solamente la carne di uitello è migliore della bouina, à digerire, ma anchora quella

ra quella di capretto è della caprina migliore. La capra in uero è di temperamento men secco del bue, ma comparata con l'homo e col porco è in siccita molto superiore. Et che la carne porcina sia simil all' humana, da qui si puo comprendere, che alcuni senza accorgersi di cio, ne al gusto ne odorato, hanno mangiato carne humana in uece di porcina. Il che già, per cosa certa si dice, esser stato fatto da scelerati hospiti, & da certi altri. Onde ragioneuolmente i porci giouani ci danno nutrimento tanto piu escrementoso, che quelli di eta matura, quanto ancora sono piu di quegli tumorosi. Et percio nutriscon anchora meno. Perche l'alimento molto humido prestamẽte si distribuisce & si risolue. La carne d'agnello anchora è humidissima, & pituitosa. Ma la pecorina è piu escrementosa, & di suco pigiore. La caprina anchora è di tristo suco et acrimoniosa. Ma quella di capra quanto alla bonta del suco, & alla digestione, è tristissima. A questa segue la carne di montone, & poi quella di toro. Ma tra tutte queste, quella de gli animali castrati e la migliore. Le vecchie sono tristissime & à digerire, & à generar buon sangue, & à nutrire, come sono anchora i porci istessi, i quali quantunque siano di humido temperamento, nõdimeno quando sono fatti uecchi hãno carne alle uolte secca & à digerir difficile. Oltre di cio, la carne di lepre quantunq; generi piu grosso sangue, nõ dimeno è di meglior suco della bouina et pecorina. Ma la ceruina non genera men tristo suco di queste, et è à digerir difficile. Quella poscia de gli asini saluatichi, bẽ che giouani siano, à q̃ste s'auicina, anzi sono alcuni

i quali

i quali mangiano la carne d'asini domestichi uecchi, di suco uitiosissimo, a degerire malageuolissime, allo stomaco contrarie, & à mangiar abomineuole, come etiandio quella di cauallo, & quella di camello. L'anima & corpo di quali mangiano gli huomini asenini & camellini. Et sono, chi mangiano la carne d'orso, & quella di questa piggiori, cio è, di lione, & di pardo, una fiata ò due cotte. Il cuocere due fiate qual egli sia, già è stato detto. Che dirò io de cani iquali giouani, grassi, & massime castrati in certe nationi s'usano in cibo. Anzi sono non pochi, chi mangiano la carne di pantera, nõ altrimẽte che quella d'asino ben habituato, qual è il saluatico. Queste, dico, non solamente si mangiano, ma sono ancora d'alcune medici lodate. La carne di uolpe ancora si mangia da i nostri cacciatori nell'autuno, perche all hora per le vue sono grasse, ma tutti gli altri animali anchora, i quali hanno abõdantemente le loro conueniente pasture, sono à mãgiare di se stessi migliori, come anchora sono piggiori quegli, à i quali cotali pasture mancano. Pertanto quelle che si pascono d'herbe della terra all'hor nascẽte, ò di teneri rami d'arbori, ò di germini, tutti quando di quelle abõdano, sono di migliore habito, et piu grassi, et piu habili à nutrirci, & percio quegli à chi non mancano le pasture d'herbe morbide & grande, come mancano nel verno, 'nel principio & mezzo di Primauera sono magri, & di tristo suco, quali sono i boni, i quali, procedendo il tempo, euidentemente diuentano piu grassi, & di miglior suco, quando l'herbe crescono & inspessiscono, & al produr del frutto s'auicinano

cinano

cinano. Ma quelli, che ponno pascersi d'herbe minu
te, sono migliori nel principio & mezzo di Primaue-
ra, quali sono le pecore. Nel principio poi & mez-
zo della state le capre diuentano piu grasse, perche
all'hora è copia di rami frutticosi, di quali esse si soglio
no pascere. Quando adunque mi udirai paragonare
tra loro le spetie de gli animali, essamina con isperien
za, giudica bene, & pondera le parole mie, non com
parando all'animale ben nutrito et grasso al magro et
mal nutrito, ne il giouane al uecchio, perche cotal giu
dicio, è torto, ma paragonando quello che in ciasche
duna spetie, ouero generatione, come ti par di dire,
è ben disposto, con un'altro della medesima fatta.
Dunque non accaderà ch'io ti ragioni con piu parole
di tutti gli animali, liquali appresso di ciascheduna na
tione priuatamente nascono, come nella Iberia quel-
lo, che alla lepre si rassomiglia, & chiamasi coniglio:
et nella Lucania d'Italia quello, che tien forma d'orso
& di sangiaro & come un certo altro, il quale è tra i
sorci cāpestri & i gliri mezzano: il quale nella medesi
ma parte della Italia, & in molti altri luoghi si piglia
in cibo. Cōciosia cosa che potrai di tutti questi tali ani
mali che sono ben nutriti, & euidentemente grassi far
isperienza, udendo et imparādo il modo della prepara
tion loro da gli habitatori, ciascheduno di quali l'ha
per isperienza imparato. Ma qual sia di ciascheduna
preparatione la virtù, questo impararai da me. Tut
te le carni che si mangiano arrosto, ò nella padella
fritte, prestan al corpo secco nutrimento, ma quelle
che si pigliano à lesso, humido. Quelle poscia che si con
discono

discono ne i tegami, sono tra queste mezzane. Ma di queste istesse ne sono anchora molte spetie, secondo il modo della conditura. Perche quelle che riceuono uino & garo in quantità, sono piu secche di quelle, che queste cose non riceuono. Quelle poscia che riceuono di queste cose meno, ouero piu di sapa, ò in brodo, semplice, frugale, & bianco lesse, sono molto piu delle predette humide. Ma le cotte nell'acqua sono anchora piu humide di queste. E anchora gran differentia nella conditura, per la uirtù delle cose, che ui entrano, essendo quello, benche piu ò meno, disseccatiue, le quali sono queste: la semenza del aneto, del appio, del caro, del leuistico, del comino, & altri tali. Ma delle piante istesse sono i porri, le cipolle, l'aneto il thimo, la saturegia, il pulegio, la odorata menta, l'origano, & altre tali, quali alla disciplina obsonatrice s'appartengono, della quale non è hora nostro presuposito di ragionare. Ma si come poco innanzi habbiamo aduertito, che si debba far paragone della differentia de gli animali, tra quelli che sono ottimamente habituati, cosi hora si faccia delle carni ottimamēte preparate. Et tāto ti basti hauer inteso della carne de gli animali gressibili: diremo poi qual sia la uirtù delle parti loro, quando delle lumache hauremo ragionato.

Delle Lumache. Cap. II.

Non ha dubio, che questo animale non è da numerare ne tra gli uolatili, ne tra gli acquatici. Et se non ne faremo mentione n'anco nelle terrestri, niente si dirà dell'alimento, che da esso lui si piglia. Non dimeno non è cosa ragioneuole che si preterisca, come si preteri-

preteriscono i tarli che nei legni nascono, le vipere, & altri serpenti, i quali in Egitto & appresso d'altre genti si mangiono. Perche niuno di quegli haurà mai noticia di questi nostri scritti, ne noi altresi mangiaremo mai de que cibi, che appò loro si mangiono. Ma nella Grecia s'usano frequentemente le lumache, le quali in uero sono di carne dura, & per tanto difficile à digerire, ma digerita ualentemente nutre. Il suco loro è del vētre lubricatiuo, come quello de gli animali di guscio coperti. Onde alcuni condendole con olio, uino, & garo, usano tal brodo per allargar il uentre. Ma piacēdoti usar la carne di questo animale come cibo nutritiuo, prima la brouarai nell'acqua, & da quella la trasporrai in altr'acqua, poscia lessandola di nouo in quella, cosi la cōdirai, et la terza fiata la cuocerai, tāto che la carne sia ben mollificata. Perche cosi preparata ben che la induri il uentre, nientedimeno rende al corpo honesto nutrimento.

Delle parti scarne de gli animali gressibili. Cap. III.

Delle parti scarne de gli animli gressibili si māgiano i piedi, i rostri, & l'orechie: le quali cōmunemente lesse nell'acqua si pigliano con aceto & garo, & alle uolte con senapi, & altre con olio, garo, & uino. Et certi sono, che le mangiono con herbe cotte nell'acqua, ouero condite ne i tegami. Ma i piedi di porcelli sono conuenientissimi con la ptissana lessi, si perche la ptissana riesca migliore, come per far gli istessi piedi piu molli, & per consequente piu facili à masticare, & à digerire. Non però è poca differenza nel modo di prepara-

le parti scarne de gli animali, ma etiandio di tutte l'al
tre, della qual cosa ragionaremo piu diffusamẽte nell'o
pra dell'arte obsonatrice. Ma nella presente opera si
trattano solamente di queste parti le differentie uniuer
sale, tra loro, come dicemo, comparandole, come se adũ
medesimo modo fossero preparate. Conciosia che tal pa
ragone è conueniente. Or le parti scarne del corpo han
no di grascio & di sustantia carnosa pochissimo, ma in
esse uence la sustantia neruosa, et per dir cosi, cutanea.
Non però sono tali questi nerui & questa cute come
quelli di tutto'l corpo. Perche la sustãtia carnosa nelle
parti scarne e piu essercitata, & anchora piu uiscosa.
Et in uero ogni neruo & ogni cute, mentre si lessano,
diuentano uiscosi onde meritamente prestano al corpo
poco nutrimento, & per la lor uiscosità piu facilmente
si maltiscono. Sono migliori i piedi di porcelli che il gni
fo, & questo miglior delle orecchie conciosia che que-
sti constano di cute sola et cartilagine: la quale ne i per
fetti animali è del tutto indigestibile: ma in quelli che
tuttauia crescono, quando che sia ben masticata, et bẽ
digesta, dona al corpo qualche nutrimento, il che s'intẽ
de di tutti gli altri animali à proportione. Perche quan
to sono inferiori di bõtà d'alimẽto alla porcina le carni
loro, tãto le parti scarne di quelli sono alle porcine infe
riori. Ma sappi ch'io chiamo parti neruose quelle, le
quali sono ne i piedi, à similitudine di quelle, che pro-
priamente nerui si chiamano, le quali anchora dal cer
uello, & della spina hanno principio. Ma le sustãze ner
uose si chiamano cosi per similitudine. I ligamẽti de gli
ossi, et certi cẽdoni altresi, sono di sẽso totalmẽte priui.

Della

Della lingua de gli animali gresſibili. Cap. IIII.

La propria ſuſtantia di queſta parte e di carne fon goſa, & ſanguinoſa: perche la uera carne ſono i muſco li, et di queſti iſteſſi le parti di mezzo. Eſsēdo che molti di loro finiſcono in grādi tondoni iquali da molti medi ci neruoſe produttioni de muſcoli ſi chiamano, le qual anchora ſi producono grandiſſime da que muſcoli, che terminā al fin di mēbri, anzi ſono certi muſcoli, i quali hanno i capi loro neruoſi, or il corpo proprio della lin gua, la quale da i cuochi ſi ſpicca da i porcelli, & ſi leſſa, è carne, come ho detto, ſpongoſa, la quale pero non ſpiccano ne leſſano ſola, ma inſieme con i mu ſcoli iui uicini. Benche per il piu la ſecano anchora con la epiglottide, cio è, ſotto lingua, & con la gola, & glandole, che iui ſono parte della lingua proprie, che generan ſaliua, parte alle fauci ouero ſtrozzole, & alla golla circonuicine. Oltre di cio le uene, le arterie, & i nerui che ſono alla lingua con l'altre parti communi, eſſendo che elle inſieme con la carne ſi mangiono, ſaluo, che in queſta particella queſte tre ſpetie de uaſi ſono & piu in numero, & maggiori, che le ſi conuenga, à proportione della grandezza ſua. Ma qual ſia la uirtu dell'alimento, qual ſi piglia dalla ſuſtantia glanduloſa, hora l'intenderai.

Delle Glandole. Cap. V.

La ſuſtantia delle Glandole tanto ſi dilunga da quella della lingua, quanto la lingua dalla ſuſtantia della carne. Non pero ſono tutte da quella ugualmen te deſtinte. Ma quelle che le ſono uicine & la tocca-

no, ſono alquanto à quelle ſimili, le quali nelle mamelle ſi contengono, quando però piene di latte non ſiano. Perche le glandole delle mamelle non eſſercitan ſempre del tutto l'ufficio loro, come fanno quaſi tutte l'altre, & ſpetialmente quelle della lingaua. Conciosiacoſa che la natura le ha di queſte dottata, per generar ſaliua. Ma quelle delle mamelle diuentano rare & fongoſe, & di latte piene nelle donne pregnante: ma quando non hanno latte ſono in ſeſteſſe contratte & ſoppreſſe, tanto da ſe ſteſſe defferenti, quanto le imbibute ſponghe dalle chiamate da greci ſchieletenmene, cio è, iſpremute, perche ſprematone ogni humore, con legami il corpo loro tutto ſi coſtringe, & amaſſa, ſono anchora intorno alla gola, et alle fauci certe cotali glandole quali ſono nel meſente rio, le quale pero ſono tanto minute, che ogniuno nõ le cõprẽde. Ma quelle della gola et delle fauci ſono manifeſte & grandi. Ne ſono anchora in molte parti del corpo dell'altre picciole, le quali fermano, & ſuſtentano i partimenti di uaſi. Ma quella che ſi chiama thymo, non è minuta, anzi nelli di poco nati animali è grandiſſima, ma creſcendo eſſi animali, ella decreſcie. Or queſto è à tutte commune, che ſono à mangiar ſoaui & ſolubili. Ma quelle delle mamelle, quando hanno il latte, rappreſentano non ſo che della dolcezza di quello. Perilche le glandole di latte ripiene molto aggradiſcono à guloſi, & maſſime le porcine. l'alimento loro, ſe ſiano ben digeſte, à quello della carne s'auuicina, ma meno digeſte generan flegmatico et crudo humore: lo flegmatico le piu humide, il crudo

le piu

le piu secche, del quale innanzi habbiamo ragionato. Ma come che i testicoli, siano spetie di glandole, non però sono di cosi laudabil suco, come, quelle delle mamelle, anzi hanno non so che d'odor horribile, la natura dello sperma che da loro si genera, rappresentante, come anchora le reni quella della orina. Sono i testicoli degli animali gressibili molto difficili à digerire. Ma quelli di pollastri sono soauissimi, & danno al corpo ottimo nutrimento. Le glandole anchora, che sono al collo della uescica, tengono alla natura di testicoli. Alcuni connumeran le reni con le glandole, parendo loro che le reni tengano non so che del glandoloso, sono di molto uitioso suco, & malageuole à digerire, come anchora i testicoli de gli animali piu adulti, liquali, quando detti animali si castrano, alcuni costumano mangiare. Ma quelli de gli animali di piu tenera età sono migliori, quelli di toro, di capro, & di montone, sono insoaui, difficili à digerire, & di uitioso suco.

Di Testicoli. Cap. VI.

I Testicoli di porcelli et di giouenchi da i nostri huomini si secano non ad un istesso fine, percio che quelli di porcelli si secano parte per mangiarli, parte perche la carne de porci castrati è più soaue, piu nutritiua, et piu facile adigerire. Ma le giouenchi si castrano, accio che siano alla agricoltura utili. Perche i Tori sono difficili à domare, le capre & pecore si castrano all'un & l'altro fine. Sono i Testicoli di tutti i detti animali difficili à digerire, & di uitioso suco, má ben digesti sono nutritiui, chi piu chi meno, secondo la pro

portione, qual disse essere nelle carni. Perche in quanto la carne di porco è dell'altre migliore, intanto i testicoli suoi sono de gli altri megliori. Ma soli quelli di pullastro sono per ogni modo ottimi, & massime di quelli che ne i cortili si nutricano.

Del Ceruello. Cap. VII.

Ogni ceruello è cibo pituitoso, di grosso suco, tardo à descendere difficil à digerire, & allo stomaco non poco noceuole. Alcuni ingannati dalla tenerezza sua il concedono à gli amalati essendo altresi allo stomaco abomineuole. Piu tosto adunque uolendo tu prouocar il uomito, darai alcuna parte di questo lautamẽte condita nelle ultime uiuande à mangiare. Ma uedi che nol dij à chi fastidia il cibo. Niuno adunque il piglia ne gli ultimi cibi, essendo ogniuno dalla isperientia insegnato che egli è abomineuole. Onde non senza causa molti il pigliano con oxigaro, & altri con sale uariamente preparato. Et conciosia cosa che egli sia di grosso suco, & escrementoso, si farà à uomitar piu habile, se con cose incisiue & riscaldanti, serà preparato. Tuttauia se fia ben digesto dara al corpo notabil nutrimento.

Della midolla de gli ossi. Cap. VIII.

La midolla de gli ossi è piu grata, piu soaue, & piu grassa del ceruello tal che se comparãdole insieme alcuno le gustasse, gli parerà che'l ceruello ritenga alquanto dell'austero. Ma ella è anchora cibo abomineuole, se in gran quantità si piglia, come anchora il ceruello. Nondimeno se fia ben digesta, darà anch'ella al corpo buono nutrimento.

Della Midolla ſpinale. Cap. IX.

La midolla ſpinale è d'una iſteſſa ſpetie col ceruello. Ma non rettamente ſi chiama midolla, eſſendo che la midolla è piu humida piu molle, et piu graſſa, nõ ſola mẽte della ſpinale detta, ma anchora del ceruello iſteſ ſo. Ma perche ella ſi cõtiene ne gli oſſi dello ſpinale, et è alla midolla ſomigliante, percio la chiamano midol-la, col qual nome alcuni hanno nomato il ceruello. La midolla ſpinale è col ceruello cõtinuata, et è d una iſteſ ſa natura con eſſo lui, ma è non poco piu dura, & maſſi me nella parte dello ſpinale inferiore, perche quanto piu ſi diſcoſta dal ceruello, tanto maggiormente s'indu riſce, perilche non è ella quaſi punto partecipe di graſ ſezza, & per conſequente non è abomineuole. Et quan do che ella ſia ben digeſta, preſta al corpo non poco nu trimento.

Della Sugna, & Seuo. Cap. X.

Amendue queſti graſſi ſono oleoſi, ma ſono differẽ ti tra loro nella humidita & ſiccita. Perche la Sugna è coſa humida all'olio ſomigliante per uecchiezza con denſato. Ma il Seuo è della Sugna molto piu ſecco, però eſſendo liquefatto facilmente ſi condenſa. Sono amendue di poco nutrimento: & ſono piu toſto condi menti delle carni che ci nutricano, che alimenti.

De gli Exti, ouero interiori de gli ani- mali greſsibili. Cap. XI.

Il fegato di tutti gli animali è di groſſo ſuco, difficil à digerire, & duro à ſmaltire. Il miglior di tutti, & quanto alla ſoauità, & quanto all'altre coſe, è il chia mato ſycoton, il quale coſi ſi chiama, perche il fegato

dell'animale destinato ad esser amazzato, con fichi secchi si nutrisce, il che spetialmente si fa nei porci, perche gli eiti di q̃sto animale sono tra gli altri molto soaui. Ma si fanno ancho migliori cibando l'animale cõ fichi secchi abondantemente, benche non pare à gli huomini cosa ragioneuole il lasciar le cose per natura dell'altre migliori, & attendere alle piggiori. Tra gli altri interiori la milza ne anche al gusto è del tutto soaue: per che hauendo manifestamente dell'acerbo, credesi ragioneuolmente essere di uitioso suco, essendo di maninconico sangue generatiua. Il polmone quanto è d'amendue questi piu fongoso, tanto piu egli è facile à digerire: nientedimeno nel nutrire è di gran longa al fegato inferiore, & l'alimento suo è flegmatico anzi che non, il cuore quanto alla sustantia e di carne fibrosa, & dura: & per tanto è à digerir difficile, & tardo à discendere. Ma se egli sarà ben digesto, presta al corpo non poco nutrimento, & quello non di tristo suco, delle reni, lequali alcuni cõnumeran tra gl'interiori, se ne detto dianzi.

Del Ventricolo, della matrice, & de gli intestini de gli animali quadrupedi. Cap. XII.

Queste parti sono piu dure delle carni, però etiandio che siano ben digesti, nondimeno non generan suco ne del tutto sanguigno, ne laudabile, ma frigido & crudo. La onde hanno bisogno di molto tempo prima che si possano ben digerire & in buon sangue mutare.

Della differentia tra gli animali domestichi, & saluatichi. Cap. XIII.

La temperatura de gli animali domestichi è piu humida,

mida, che quella de gli saluatichi, & questo per la otio sita della vita, & per l'aria, nella quale uiuono. Ma quelli che ne i monti habitan, s'affaticano, & essercitano molto, et oltre di cio in aria piu secca uiuono, pertanto hanno carne piu dura, & di niuna, ò pochissima grassezza partecipe, & questa è la causa, perche piu giorni, che quella degli animali domestici, & otiosi, si serua incorrotta, & anchora si fa chiaro, che l'alimēto il quale essi ci danno è men escrementoso: ma all'opposito quello e escrementoso, il quale dalli domestici et otiosi si piglia. Perilche è necessario, che tale alimento nutrisca piu dell'altro, & generi anchora suco molto migliore.

Del Latte. Cap. XIIII.

Questo anchora è di cibi, che si pigliano da gli animali, il quale piglia da i tempi dell'anno non picciol differētia, & molto ancor maggiore dalla spetie d'essi animali, concio sia cosa che il uaccino è grosso et grasso sopra gli altri, il Camellino è humidissimo, & di minima grassezza, à questo segue il Caballino, & dopo l'asenino: il caprino e di sustantia mediocre, del quale e piu grasso il pecorino, ma secondo i tempi dell'anno, il latte dopo al parto e humidissimo, ma procedendo il tempo si ua piu ingrossando. Nel mezzo della state egli anchora tiene il mezzo della natura sua dopo questo tē po à poco à poco si ua ingrossando, fin tanto che del tutto si perde. Ma nella Primauera si come egli e humidissimo, cosi anchora e copiosissimo. Et che il latte pigli differētia, come diēmo dalle spetie de gli animali, cio si fara chiaro ancora a uederlo, & tāto piu se da qualun

que

que spetie di latte se ne fara cascio. Perche il latte li quidissimo ha moltissimo siero, et il grossissimo ha casio assaissimo, pilche meritamẽte il piu liquido e del uẽtre piu solutiuo, & il piu grasso meno: all'opposito, il piu grosso nutrisce piu, et meno il piu tenue. Ma se il latte si cuocera fin alla consoncione di tutto il siero, nõ sarà punto purgatiuo. Cotto con pietre affocate fin che il si ero tutto si consumi, non solamente non purghera il uẽ tre, ma farà anchora contraria operatione. Et questo à quelli si concede, i quali sustienono rodimento nel uentre, da acri humori causato. Questo istesso opera non meno, anzi piu efficacemente il ferro effocato tut ta uia il latte cosi preparato facilmente nel ventrico lo s'apprende. Et percio si mescola con mele & sale. Anzi fia cosa piu secura, il mescolarlo anchor con l'ac qua, come costumano molti medici. Ne ti marauigliar se consumando il siero ui mettono poscia l'acqua perche essi non fuggono la humidità del latte, ma l'acrimo nia, per uigor della quale, ogni latte purga il uentre, essendo egli di due sustanze composto, cio è, di cascio et di siero. Oltre di cio, contiene egli anchora un terzo suco grasso, il quale nel vaccino, come dicemmo, e moltissimo. Percio cauano di questo il botiro, il quale et al gusto et all'aspetto chiaramente comprenderai, di quanta grassezza sia partecipe. Et se con quello un gerai & fregherai parte alcuna del corpo, uederai la pelle nõ altrimente grassa, che se cõ olio l'hauessi unta et, se cõ quello istesso ungerai il cuoio d'un morto anima le, cõprẽderai l'istesso effetto, anzi gli huomini in molte frede regioni, oue non e olio, usano ne i bagni il botiro

 uedesi

uedesi anchora getato su le braccie non altrimente accendere la fiamma, che il grasso, & finalmente l'usano come sugna ne i cataplasmi, & altri medicamenti mescolãdolo. In somma, come dicẽmo, il latte di vacca è grassissimo: ma il pecorino, et il caprino, certamẽte hãno anchessi qualche grassezza, ma in uero molto meno: l'asenino poi è di tal suco quasi priuo. Perilche rare uolte s'apprende nel vẽtricolo à chi si sia beuuto caldo subbito che dalle poppe stilla. Ma se ui si giongerà sale & mele, non si potra apprendere, ne conuertir in cascio per questa istessa causa si smaltisce anchora meglio, come quello che è di molto siero partecipe, dal quale ogni latte ottiene la uirtù purgatiua, come dalla sustãtia casciosa, la costrettiua. Ma quanto il sero è all'altra natura del latte di bontà di suco inferiore, tanto egli auanza ogn'altra cosa in amollar il ventre, però paiono gli antichi hauerlo usato bere per allargar il corpo. Ma deuisi giongere tanto di ottimo mele, quanto basti à farlo soaue, senza conturbamento di stomaco, & parimente tanto di sale, quanto senza lesione sia basteuole. Et se uorrai che egli sia piu purgatiuo, ui mescolarai sale assaissimo. Ma di queste cose habbiamo ragionato piu diffusamente che al presente discorso s'apertiene. Perche il nostro presupposito era di esplicar le commodità, del latte le quali egli ci presta come alimento, con le quali essendo congionta quella, che egli ci porge, à purgar il uentre, per tal affinità siamo trascorsi in questa digressione. Ripigliando adunque il nostro ragionamento, dichiamo della uirtù del latte, quanto à dir ci resta. Intra l'altra uirtù ottiene il

ne il latte questa spetiale, che quasi sopra tutti gli al tri cibi il perfetto ha perfetto suco. Ma non pigliar si nistramente quello ch'io ti dico. Perche non dico simplicemente ogni latte essere di perfetto suco, ma di piu ui habbiamo gionta questa parola, perfetto. Perche il latte di tristo suco in tanto non genera buon suco, che egli riempie ì corpi di chi l'usano, di uitioso humore del che ne fa ampia fede un faciullo, il quale essendogli morta la prima balia, & hauendo poppato il latte d'unaltra di uitioso sugo, hebbe il corpo suo di molti ulcere ripieno. Perche la seconda balia si nutriua nella Primauera d'herbe saluatiche, per caristia di biade, la quale in quel tempo era occorsa, onde anch'essa fu ripiena d'ulcere, & altri, i quali nella medesima contrata, haueuano usati i medesimi cibi. Ma habbiamo ueduto questo istesso esser accaduto à molte altre donne, le quali in que tempi lattauano. Et anchora se alcuno in uece di cibo pigliarà il latte di capra, ò di qualunque altro animale pasciuto di Scammonea, ò di Titimalo, omnimodamente si gli soluerà il ventre. Si come adunque di tutti gli aliri cibi, cosi anchora della virtù del latte si debe intendere, cio è, non come se di qualunque latte, ma come del perfetto solamente si dicesse. Ma quanto qualunque cosa in ciascheduna cosa dal perfetto si dilunga, tanto ella è inferiore nelle utilità che dal perfetto ci uengono. La onde il latte che contiene siero assaissimo, e securissimo, quatunque continuamente s'usi. Ma quella che poco contiene di tal humidità, & non poco di grassezza casciosa, non è senza pericolo à quelli, che di continuamente l'usano. Per

che nuoce alle rene, che sono inclinate alla generatione de calculi. Oppila anchora il fegato, à quelli i quali sono alle oppilationi soggetti, quali sono quelli, c'hanno gli orificij stretti delle vene, che trasportano l'alimento dalle parti interiori del fegato, alle parti esteriori ma alle parti del petto è del polmone ogni latte è proficuo. E cõtrario al capo, se egli nõ e molto fermo: & alle precordie, che leggermente si rigonfiano. Perche alla maggior parte nel vẽtricolo si cõuertisce in vẽtosità, & sono pochissimi, à i quali cio non occorra. Ma se molto si cuocerà con alcuno di que cibi, che sono di grosso sugo, lasciarà la natura uẽtosa, ma tãto piu oppila il fegato, & piu facilmẽte genera calculi nelle reni. Tali cibi nel primo libro dicẽmo esser questi: l'amido, la similagine, l'alica, il trago, il riso, et i condimenti da Greci detti lachana, & i detti rhyemata, il pane non ben cotto, ne ben preparato con molta lisciatura, & con sale copiso, & conueneuole fermento. Et come in questi, cosi ne gli altri, i quali alcuni mescolano col latte, la vertù delle cose mescolate accresciera ò minuirà la uirtù del latte. Conchiudendo adunque la virtù sua, dichiamo, che egli è di buon suco, nutritiuo, et che è cõposto di facultà contrarie, cio è, di aperitiue, costipatiue, oppilatiue & sottigliatiue. Perche la parte che è in esso lui sierosa sottiglia i grossi humori, & purga il uentre. Ma la parte casciosa costipa il uentre, genera grossi suchi, delli quali, come dicẽmo, si generan nel fegato oppilatione, & nelle reni calculi. Ma nuoce à i denti & alle gengiue, l'uso suo continuo, Perche queste inhumidisce, & quelli rende alla

corrut-

corruttione & corrosione habili. Per tal cagione con
uien lauar la bocca con uino inacquato. Ben che sarà
anchora meglio, aggiongerui un poco di mele: per-
che così si lieua quella lordezza casciosa la quale di
denti & alle gengiue s'attiene. Ma se alcuno non
sentesse nel capo offensione alcuna, non inacquando
il uino, meglio sarebbe lauarsi con quello non inacqua
to, per conseruare i denti & le gengiue. Nientedi-
meno il mele mescolato col uino migliora dell'un &
l'altro la mistura. Ma questo sarebbe à i denti securis
simo rimedio, contro l'offensioni del latte, se poscia
che egli s'e preso, prima con melicrato, & poi con uino
costrettiuo, la bocca si lauasse.

Del latte acetoso. Cap. XV.

Il chiamalo da greci oxygala, cio e, acetoso lat-
te, non nuoce à i denti naturalmente disposti. Ma
quelli soli, chi sono, ò per naturale intemperie, ò per
alcuna indispositione soprauenuta, piu freddi che si
conuiene, riceuono nocumento così da questa, come
da altre cose fredde: & alle uolte uiene loro lo stupo
re, il quale sogliono causare le More non mature,
& altre cose acerbe & acetose in cibo tolte. Ma
questo e chiaro, che il ventricolo per qualunque cau-
sa molto refrigerato, mal digerisce il latte acetoso.
Ma quantunq; egli sia difficile à digerire, nõ e però del
tutto indigestibile. Il uentricolo poi sopramodo caldo, ò
di natura, ò p qual si uoglia causa fatto tale, oltre che
egli nõ riceue da tali cibi detrimẽto alcuno, ne sente an
chora qualche giouamẽto, anzi cotale uentricolo sustie
ne senza lesione l'oxygala nella neue primieramẽte re
frigerato,

frigerato, come egli fa alcuni altri cibi, & ancor a l'ac qua istessa nel medesimo modo preparata. La onde mi uiene da marauigliarmi di certi medici, i quali di ciaschedun cibo pronunciauano questo esserci utile, quello contrario, facile à digerire ò difficile, di uitioso, ò buon suco, di molto ò di poco alimento, allo stomaco cõueniẽte, ò contrario, allargar il uẽtre, ò costiparlo, o alcuna altra uirtù o uitio hauere, perche si puo ben affirmare d'alcuni cibi questo essere à tutti gli huomini di tristo suco, ò difficile à digerire, ò allo stomaco nemico, ma di molti non si puo con un sol precetto senza distintione veramente pronuntiare. Et perche il ragionamento nostro sarebbe necessariamente lõgo, se vollessimo scriuere distintamente di ciaschedun alimento la natural temperie, & le accidentali indispositioni, ho pensato esser meglio, si come nel primo libro di quest'opra habbiamo fatto, insegnar prima la via vniuersale di tutta questa dottrina, & poi farne mentione alle volte ne i particolari, spetialmente in quelli, i quali non hanno sẽplice natura, come in uero è il latte, il quale quantunque ci pari di semplice natura, nondimeno è di contrarie facultà composto. Perche etiandio che egli sia perfetto, nondimeno per la diuersità delle nature di ventricoli, accade, che alle volte in alcuno acedisca, in alcuno causi rutti fumosi & nidorosi. Perche sono contrarie le indispositioni, per le quali, quello che nel ventricolo, non è ben digesto, diuenta acido, ò fumoso. Perche il deffetto del calore il fa acido, & l'eccesso suo fumoso, ò nidoroso. Or ambedue queste cose accadono al latte, perche contiene egli in se non solamente la serosa

ſa ſuſtantia, ma anchora la graſſa & caſcioſa. La onde benche l'oxigala non ſi digeriſca, non ſi fa egli però mai nidoroſo, maſſime ſe egli ritruoua un callidiſſimo & fuocoſiſſimo uentricolo. Perche non ottiene piu la calda & acre qualità, & faculta, la quale eſſo latte dal ſiero riceue, ne etiandio la graſſa & mezzanamente calda, la quale dalla graſſezza ſua egli otteneua. Concioſia che in tal preparatione reſta ſolamente la ſuſtantia caſcioſa, & queſta n'anco della ſolita natura come quella che piu pende al freddo. Or queſto baſti hauer detto dell'oxigala, cioè, che egli ſia freddo & di groſſo ſuco. Perche à queſte coſe ſegue che in corpo di mediocre temperatura, non facilmente ſi digeriſca: hauendo io nelle mie opere ſpeſſe fiate aduertito, quando pronuntio d'alcuna coſa indifferentemente, quella douerſi alla mediocre natura riferire. Anzi è coſa credibile, che il ſuco nomato crudo, la natura del quale già parte altroue, parte nel precedente libro ho eſplicata da queſti tali cibi generarſi. La onde queſto alimento è à calidiſſimi uentricoli cõueniente, ſi come a i piu freddi è nemico. Non fa di meſtiero, che in ogni alimento ciò s'aggionga, ma baſterà in alcuni farne mentione, cioè che coſi fatto ſuco, quale dal oxigala, caſciò, & tutti i cibi di groſſo ſuco procede, ſuole nelle reni generare calculi, quando che ſiano ò per natural intemperie, ò per altra indiſpoſitione poſcia ſopragionta loro, ſopramodo calde, le quale pero nõ abbiano larghezza di mente alla quantità del calore corriſpondente. Perche le inferme conſtitutioni de corpi dalle parti de diuerſi temperamenti dotate ſi concreano, come che il

uentricolo

uentricolo sia molto caldo, el ceruello freddo, & parimente che il polmone, & alle uolte tutto'l petto, sia freddo, oue il uentricolo sia caldo. Ma spesse fiate anchor accade il contrario, cioè, che ciascheduna delle altre parti sarà sopramodo calda, & il uentricolo molto freddo. Però fin da principio dicẽmo la dottrina de gli alimẽti esser utilissima, quãdo si destingono le differẽze, della humidità, siccita, calidita, frigidità & appresso, la differentia della uiscosita, & grossezza della sustantia loro. Et anchora, che la sustantia sia natura simplice, o de contrarij temperamenti composta, quale e il latte. Et che l'odorato & il gusto ci seruono ad inuestigare le dette cose, & certe altre circõstanze, delle quali nel principio dell'opra habbiamo ragionato: si come hora nel latte s'e dimostrata la natura sua dalle circunstanze che in esso lui sono, come quando o si riscalda, o con caglio s'apprende, o in qualũq; altro modo le parti sue si diuidono, essendo che tal diuisione si fa anchora, senza caglio, come quãdo nel latte caldo s'infonde oximele freddo, il che si fa anchora con vino molso. Alle volte anchora senza dirompere la sustantia sua, il latte si diuide mettendoui dentro alcun vaso, il quale contenga acqua frigidissima. Inoltre il latte, che subito dopo al parto sia molso. Senza caglio s'apprende, se sopra le calde ceneri alquanto si riscalda. Paiono gli antichi hauer nomato il latte cosi appreso comicamẽte pyriastẽ. Ma appresso à noi nell'Asia si chiama pyriephton, cioe, in questo modo al fuoco preparato. Or questo è sincero latte, essendo egli da ogni altra sustantia

separato

separato. Ma quando con mele mescolato con caglio s'apprende, la parte che in esso lui tenue si diuide: del quale alcuni mangiano quella parte solamente che e appresa, la quale e composta parte di sustantia casciosa, parte di facultà del caglio calda, & ignea, parte di mele con queste cose mescolato. Ma altri con la parte appresa pigliano anchora il siero. Et questo altresi, o tutto con la parte appresa, o dell'vno piu che dell'altra copiosamente. Perilche accadera meritamente, che ad altri piu ad altri meno il corpo si lubrichera a proportione dell'humor seroso. Et anchora e manifesto, che quelli chi mangiano la parte sola appresa si nutriscon meglio, & quelli meno, i quali con questa insieme pigliano poco di seroso humore: ma molto meno, quelli chi pigliano poco della parte appresa, & dell'humor seroso assaissimo, cosi anchora si trouera non piciol differentia in quello, il quale dopo il parto con mele ò senza l'apprende. Perche quando non sara mescolato con mele, diuenta piu duro à digerire & di piu grosso suco, & piu tardo a discendere. Tuttauia l'un & l'altro abondantemente nutrisce il corpo. Et tanto basti hauer inteso della natura del latte, nell'opera presente. Le vtilita poscia le quali esso nelle infermita ci presta, o a thisichi per qualuque causa, o alla vlcera del polmone, propriamente all'arte curatiua s'appartengono.

Del cascio. Cap. XVI.

Gia s'e detto della natura del cascio nel discorso fatto del latte, nientedimeno sara meglio dirne anchera

ra separatamente. Perche mentre si prepara, ricene dal caglio acuitade, & lascia ogni humidita, massime quando inuecchisse, nel qual tẽpo diuenta piu acre che da prima & manifestamente piu caldo & piu incentiuo, & pertanto diuenta anchora piu malageuole a digerire, & di piu uitioso suco. Perilche il cascio non ritiene senza nocumento n'hanche quello di buouo, che si truoua ne i cibi grossi i quali hanno faculta acri & tenuante mescolate. Percioche e maggiore il nocumento, il quale dalla uitiosita del suco, & dal incentiuo calore procede, che non e il giouamento, il quale dalla tenuatione della grossezza uiene, essendo cotal humore per la generatione di calculi non men noioso, perche s'e dimostrato questo in que corpi generarsi, ne i quali si ragunano humori grossi con calore incentiuo, Per il che si debe fuggire spetialmente cotale cascio, come quello che e inetto alla digestione, alla distributione, all'ona, & alla egestione, & à crear buon sugo, dopo questo debesi estimar tristo, ma non tanto pero, il non uecchio ne mordente: ma quello e migliore d'ogni cascio recente, il quale appresso a noi in pergamo & nella Mysia superiore si fa, da gli habitatori chiamato oxigalactino, a mangiare suauissimo allo stomaco innocentissimo, & à digerire & a passar pel corpo, meno di tutti gli altri difficultuoso, non e di tristo, ne di molto grosso sugo, il che e di tutti i cascij uitio commune, e bonissimo anchora quello, il quale in Roma appresso a i poeti e tenuto in pretio, bathys cioe alto nomato, & altri in altri luoghi. Ma essendo tra i particolari, non picciol differentia, parte per la natu-
ra

ra degli animali, parte per il modo di preparargli, & anchora per la eta di essi calcij, sforzeromi di conchiudere in pochi capi la natura loro, a i quali alcun risguardando, potra ageuolissimamente giudicare qual d'essi sia il migliore, & quale il pigiore. Generalmente adunq; i capi sono due, l'uno di quali considera la consistẽtia ouero fattezza della sustãtia del cascio, secõdo la quale egli è ò piu tenero, ò piu duro, o piu dẽso, o piu fongoso, o piu uiscoso o piu solubile. l'altro considera la qualita del gusto, secondo la quale in alcuni vince l'accidita, in altri l'accuita o la grassezza, o la dolcezza, o alcune altre qualita, o uguale portion di tutte. Ma secondo le spetiali differentie di detti generi, il piu tenero è del piu duro migliore, & il raro et fongoso è del denso & sodo piu prestante, & essendo il molto uiscoso & il solubile uitiosi, il mezzano è d'ambi due migliore. Ma quanto alla distintione che si piglia dal gusto, quello è prestantissimo, il quale non ha uehemente alcuna qualità, & pende alquanto piu al dolce, che ad altro sapore, è anchora migliore il soaue, del in soaue, & il mezzanamente falso, di quello che è molto falso, & di quello che è del tutto insipido. Ma poscia che hauerai mangiato il cascio à questo modo essaminato, potrai dal rutto anchora giudicare qual sia il migliore, òl piggiore, perche quello è migliore la qualità del quale presto si smarisce: ma quello, la qualità del quale si mantiene, e piggiore. Conciosia cosa che questo è manifestamente malageuole à tramutarsi et alterarsi, & per consequente difficile à digerire, per che l'alteratione di tutte le qualità che habbiamo mentionate,

te, segue alla digestione de gli alimenti.

Del sangue de gli animali gresibili. Ca. XVII.

Il Sangue è malageuole à digerire, massimamente il grosso, & malenconico, quale è il bouino. Ma quello di lepre come soauissimo s'apprezza, & certi costumano col fegato lessarlo, & altri co altre interiore. Alcuni anchora mangian quello de porci nouelli, & altri quelle di prouetti, quando che siano castrati. Ma quello di sangiaro alcun non ardirebbe pur di gustarlo, essendo egli insoaue, & duro à digerire. Quello di capra è soaue: il che conobbe anchora Homero.

Dell'alimento che si piglia da gli animali volatili. Cap. XVIII.

Gli antichi greci tutti chiamano gli animali uolatili per questo nome ornithes, cio e, ucelli, hora costumano chiamar cosi le sole da quelli chiamati alectorides, cio e galline, si come chiamano i maschi alectoriones. Ma la generatione di tutti gli vcelli uolatili rende pochissimo nutrimento, se alla generatione de gressibili si riferisce, & massime alla porcina, della quale non trouerai la piu nutritiua. Tutta uia la Carne de gli vcelli, è piu digestibile, & massime quella di pernice, di franguellino de colomba, di gallina, et di pollastro, ma la carne del tordo, della merla, & delle picciole passare, tra le quali sono anchora le turrite nomate, è piu dura che delli predetti. Et di queste anchora è piu dura quella di tortora, di palombo, & di anitra. I fagiani quanto alla digestione, & al nutrimento, sono simili alle galline, ma à mangiarli sono piu dilicati. Il pauone è di questi piu duro, & piu difficile à digerire, & piu

fibroso. Ma questo di tutti gli animali uolatili, come etiandio di quadrupedi, generalmente è da sapere, la carne de gli animali che cresciono essere molto miglio re di quella de gli animali chi già inuecchiano, & intra ambedue essere mezzana quella de gli animali di età matura, et quella di gia poco nati animali esser trista, ma per altra ragione che qnella di vecchi, per che la carne di vecchi è dura, secca, & neruosa, & pertanto à digerir difficile, & di poco nutrimento. Ma i corpi de gli animali recentemente nati sono muccosi, & humidi, & percio iscrementosi, ma piu facilmente si padi scono. Habbi in memoria questi generali precetti, di tuti gli animali. Perche queste cose sono in essi loro tut ti ugualmente, secondo le differentie dalla età pigliate. Il modo anchora della conditura, quanto alla sani ta è commune à tutti, del quale gia habbiamo ragionato, & ne ragionaremo di nouo sotto breuita, à memoria riuocando solamente le faculta. Dico adunque che le cose cotte arrosto, ò nella padella fritte, sono piu secche: ma le lesse nell'acqua dolce prestan al corpo piu humido nutrimento. Ma inanzi detto habbiamo à soffi cienza di cibi conditi, con uarii condimenti fatti ne i tegami, si di domestici, come di saluatici. Ma non è pic ciol differẽtia tra quelli chi negli stagni habitan, ò luo ghi pãtanosi, et quelli che nei mõti ò luoghi secchi uiuo no, pche le carni de gli animali riescono à i luoghi pro portionate, cio è o seche et nõ escrementose, et facili à digerire, ò humide et escremẽtose et difficile a digerire.

Delle oche, & strutiocamelli. Cap. XIX.

Questo nome chen, cioè oca, è da gli antichi usitato, ma

il nome del struciocamello nõ è appresso à i greci in uso ma li chiamano megalas struchus, cio è, Strutij gran di. Essendo io anchora giouane udij un certo sophista di quelli che disputan di tali questioni ad ambe le parti, il quale dimostraua questi animali hora essere ucelli, hora nõ essere. Ma sia molto meglio inuestigare qual facultà habbia l'alimento, che da questi si piglia. Vdendo tu questo da me, impararai da un altro con otio, se questi animali debbiano esser chiamati ucelli, ò nò: Or la carne loro è escrementosa, & molto difficile à digerire, che quella di predetti volatili: tuttauia le ale loro non sono peggiori delle altrui. Cõciosia che in molti volatili, et spetialmente piccioli e di carne dura, la sustãtia delle ale è fibrosa e dura. Ma la carne d'alcuni è tutta ad un modo, come è quella delle grù, le quali nõdimeno anch esse si mangiono per molti giorni macere & frolle. La carne de gli ucelli chiamati da Greci utides ò uero otides cio è duchi all'un & l'altro modo pronunciandosi et scriuendosi la prima sillaba, è tra la carne delle grù, & delle oche mezzana.

Della differentia delle parti de gli animali volatili. Cap. XX.

Le interiore hanno la istessa proportione alle carni di uolatili, quale detto habbiamo ritrouarsi nelli pedestri. Ma le budella di tutti questi sono à mangiar inutili. Nondimeno il fatto non passa cosi ne i loro uentricoli. Percio che sono buoni à mangiare & sono anchora nutritiui. Et alcuni d'essi sono etiandio molto soaui, quali sono quelli delle oche, dopo i quali seguitan quelli delle galline domestiche. Ma si come ne i porci

porci si prepara il fegato cõ fichi secchi pascendoli per renderlo soaue, cosi ueggo farsi nelle oche, mescolando il latte con gli alimenti loro: perche cosi il fegato loro diuenta non solamente giocondissimo, ma anchora d'ottimo nutrimento, & di perfetto suco, et à smaltir non duro, & facile à digerire. L'ale anchora delle oche sono commode & à digerire, & à nutrire, & piu di queste quelle delle galine. Ma conciosia cosa che la carne de gli animali giouani è non poco dalla uecchia differente, la natura delle ale molto piu euidentemente è discrepante. Parimente le grasse & le magre sono non poco differenti perche sono ottime quelle de gli animali giouani & ben nutriti, & quelle de gli uecchi & magri sono pessime. I piedi quasi di tutti gli animali sono à nutrir inetti. Ma le creste & barbe de galli ne si laudano, ne si uituperano. I loro testicoli sono ottimi, & massime delli domestici, & spetialmente se'l cibo onde si nutriscono sarà con sieroso latte mescolato. Perche sono di buon suco & nutrimento, et à digerir ageuolissime: ma non sono ne duri ne facili à smaltire. Gli volatili hanno picciol ceruello, ma molto migliore di quello di pedestri, in quanto sono anchor piu secchi. Ma quello di uolatili montani è migliore di quello di palustri, à proportione di tutte l'altre parti. Laudano alcuni falsamente il uentre del Stratiocamelo, come medicamento atto ad aiutare la digestione, & altri commendano il uentre del mergo. Ma questi ne sono essi facili à digerire, ne aitano come medicamento l'altrui digestione, come fa il gengeuo, il pepe, & anchora, il vino et l'aceto della lingua et rostro

de gli uolatili s'io mi porrò à dire perche sono così à tutti note, meritamente sarò tenuto cianciatore.

Delle oua. Cap. XXI.

Et questi sono tra gli alimenti, i quali da gli uolatili si pigliano, tra loro in tre maniere differenti, l'una secondo la propria sustantia, perche sono migliore quelle delle galline, & di fagiani, ma quelle di Strutio cameli sono piggiori: l'altra secõdo la quale certe sono recenti & certe stantie: la terza secondo la quale altre sono molto cotte, altre mezzanamente stagionate, & altre solamente tepide. Per le quali differentie, certe indurite, alcune tremante, & alte da sorbere si chiamano. Le tremole adunque sono d'ottimo nutrimẽto, quelle da sorbere nutricã meno, ma le indurite lesse ò arrostite sono difficili à digerire, & tarde à smaltire, & prestan al corpo grosso nutrimento. Tra queste, sono piu dure à smaltire, & di sugo piggiore, le cotte su le bracie: ma le battute, & poscia nella padella fritte, da Greci dette tagarista, & da noi affritellate, sono del tutto di tristissimo nutrimento. Perche nel digerirle si conuertono in tristi uapori, & oltre che generan grosso suco, l'hanno anchora tristo & escrementoso. Ma le chiamate da greci pnicta, cio è suffocate, sono di queste men triste, lesse & arrostite. Le quali si preparan in questo modo: quando haurai mescolato con esse loro olio, garo, & poco di uino, porrai il uaso, nel quale sono poste, in alcuna pentola, nella quale sia acqua calda, dapoi hauendolo di sopra otturato, u'accenderai sotto il fuoco, fin che acquistino corpo mediocre. Perche quelle che

sopra

ſopra modo s'incorporan diuẽtano alle indurite leſſe et arroſtite pari. Ma le mediocremẽte incorporate meglio ſi digeriſcono delle indurite, et rẽdon al corpo migliore nutrimẽto. Debbiamo ſimilmẽte eſſer intẽti alla mediocre corporatura in quelle oua, le quali da alto nelle pentole s'infondono, nõ permettendo che piglino corpo totalmente groſſo, leuandone dal fuoco il uaſo, mentre che ſono anchora tenere. Ma le oua freſche auanzano in bontà di gran lõga le ſtantie, perche le freſche ſono ottime, le ſtantie peſſime. Quelle poſcia che ſono tra queſte mezzane, tanto di bontà & uitioſità ſono tra loro differenti, quanto dalle eſtreme ſi dilongano.

Del ſangue de gli animali volatili. Cap. XXII.

Mangiano alcuni il ſangue delle galline et delle colõbe et maſſime delle domeſtiche, à quel di porco niẽte inferiore, ne quanto alla giocondità, ne quanto alla digeſtione: ma egli è bene di grã lũga al leporino inferiore. Ma generalmẽte ogni ſangue è difficile à digerire, et è eſcremẽtoſo, uoglia in qual modo egli ſi prepari.

Dell'alimento, che da gli animali acquatici ſi piglia. Cap. XXIII.

Molte ſono le generationi, differentie, et maniere de gli animali, chi nell'acque uiuono. Ma al preſente diremo, come delle coſe predette, le ſimilitudini, che ſono tra loro, alla medicina pertinenti. Ne importa che ſi dica medicina, ò arte ſanatiua. Diremo adunque, come fatto habbiamo de gli altri cibi, di tutti quelli, i quali communemente ſono da gli huomini in cibo uſitati.

Del mugile, ouero Ceſalo. Cap. XXIIII.

Il Ceſalo è della generatione di peſci ſquamoſi, il

quale non solamente nel mare, ma anchora ne gli sta gni, et fiumi uiue. Onde è gran differentia tra i particolari cefali, si che i pelagici cefali paiono essere di diuersa spetie da quelli, che ne i fiumi, ò stagni, ò laghi, ò canali che spurgano le letrine delle città, allignano. Perche la carne di quelli, che cresciono nelle acque fangóse, & sporche, è escrementosa, & raucosa molto. Ma ottima è di quelle che uiuono in puro mare, & spetialmente da uenti agitato. Perche nel mar quieto ne ondoso, tanto si fa la carne de pesci piu uitiosa, quanto meno è essercitata. Ma ne gli stagni marini è anchora peggior di questa: & molto piu ne gli altri stagni: iquali se sono piccioli, & non riceuano grandi fiumi, & non habbiano scaturigini, ne ampia uscita, in uero ella è ancor molto piggiore, ma pessimi sono que stagni, da i quali niente d'acqua escie, ma stan si immobili, di quelli poscia che nelle paludi, lagune, & altri tali luoghi uiuono n'habbiamo detto in principio: quando dicemmo, la carne di quelli che in tali luoghi uiuono, essere tristissima, ma tra quei che ne i fiumi uiuono, quelli sono piu prestanti, i quali cresciono ne i fiumi rapidi & molto fluttuosi, & quelli che uiuono ne fiumi queti sono uitiosi. Quanto poscia al nutrimento, i pesci anchora sono migliori, o peggiori. Conciosia cosa che certi abondano d'ottime herbe, & radici, & questi percio sono migliori, & altri pasconsi d'herbe fangose, & di radici di tristo suco. Oltre di cio quelli che ne i fiumi, per mezzo le gran città correnti, continuamente uiuono delle lordezze del popolo, & di cotali tristi cibi, sono, come dicemmo, di tutti

tutti piggiori: tal che se stessero poco piu di tempo morti si corromperebbono, & grauissimamente puterebbono. Et questi sono à mangiare totalmente ingrati & difficili a digerire. Hanno poco di bon suco, & quel tanto posc a molto escrementoso. Onde non e marauiglia, se generan tristo suco ne i corpi di chi assiduamente gli usano. Essendo adunq; questi di tutti tristissimi, pel contrario, quelli sono di tutti ottimi, i quali, come dicemmo, in purissimo mare uiuono: & spetialmente la, doue i liti non siano terrenosi, ne circondino l'acqua, ma siano aspri ò sabbionosi, ma se ancora fieno esposti all'aquilone, saranno anchora molto piu prestãti. Perche conciosia cosa che ad ogni animale le sue essercitatione non poco cõferiscano alla bonta del suco, la purita anchora di quel uento accrescie bontà alla sustanza loro. Perilche si fa chiaro per le cose dette, l'un mare, piu che l altro, essere intãto migliore, in quãto è perfetamente puro, ò riceue ampii fiumi, & molti, come è il Ponto, perche i pesci che in tal mare uiuono, quanto quelli de gli stagni auanzano, tanto sono à quegli inferiori, chi in puro mare uiuono. Sono anchora certi stagni, iquali si fanno, oue alcun gran fiume fa alcun stagno col mar congionto. Ma etiandio che'l fiume nõ ristagni, la doue prima si mescola col mare, l acqua si tempera di dolcè & salsa, & la carne de pesci che in essa uiuono, si fa mezzana tra quella di pesci fluuiali & di marini. Milita questa ragione anchora negli altri pesci, i quali ne i fiumi, & stagni, & nel mare uiuono. Percio che pochi sono i uentrali. Conciosia che i pesci marini fuggono l'acqua fluuiale & i fluuiali &

quei di stagni, la marina. Ma il Cefalo tra gli altri specialmente all'una & l'altra acqua s'accommoda: et è di tal natura, che lasciandosi di gran longa à dietro il mare, nuota contra il fiume. Questo Cefalo non ha molte & minute spine, come ne anche alcun altro di marini: ma quelli, che da i fiumi et stagni entrano nel mare, non altrimente che quelli de la spetie sua, sono di tali reste pieni. Perche la carne di quasi tutti i pesci, che ne i stagni e ne i fiumi uiuono, piena di tali spine si ritroua, le quali non sono in alcuni di marini, pche la doue la bocca d'alcun grã fiume col mare si cõgionge, alcuni di pesci fluuiali nel mare si pescano, come ancora alcuni di marini si pigliano nel fiume, i quali si discernono hauere molte o niune delle predette spine, egli e uero che pochi fluuiali entrano nel mare, ma tutti i marini amano i fiumi, ma conoscerai presto al gusto il cefalo migliore, perche la carne sua e piu acre, piu saporosa, & magra, ma i grassi, & al gusto sciochi sono a mangiare, & a digerir piggiori sono anchora allo stomaco noceuoli, & di tristo sugo: & percio gli condiscono cõ origano, alcuni di nostri chiamano alcuni pesci fluuiali leucisci, li quali stimano essere dal cefalo spetie diuersa, tuttauia non e differentia alcuna tra loro, se non che il leucisco e alquanto piu bianco, & ha il capo minore, & al gusto e piu acido, ma la uirtu dell'alimento che da lui si piglia, e tale, quale dicemmo esser del cefalo fluuiale: onde la controuersia è, non della cosa, ma del nome. Ma hora diroti quello che piu importa à sapere. Questo pesce e di quelli, che conditi con sale si conseruano. Ma quello di stagno in tal modo preparato diuenta

to diuenta di se stesso migliore. Perche quanto egli ha di muccoso & dell'abomineuole al gusto, tutto si perde. Ma quello che recentemente e stato salato, è meglior di quello che gia molto tempo è stato con sal cōdito. Ma non molto dopo di pesci salati faremo un general discorso, come di quegli ancora, che nel verno per pochi di si serbano.

Del varolo, ouero araneo. Cap. XXV.

Non ho ueduto che questo pesce uiua nell'acque dolci, ma ho ben ueduto che egli dal mare entra ne i fiumi et stagni. Il perche rade uolte si truoua picciolo, come molte fiate si ritruoua il Cefalo. Et benche egli sia pelagico, che cosi si chiamano quelli ch'intrano nel profondo pelago, tuttauia non fugge egli gli stagni marini, ne le bocche di fiumi. L'alimento, ilquale cosi da questo, come da gli altri si piglia, genera sangue piu sottile, di quello che de gli animali gressibili procede. Perilche nō nutrisce molto, & presto si risolue. Ma dicendo noi alcuna cosa essere piu tenue, hor di due cose intra loro comparate, hora non comparate, cio si debe intendere, facendo paragone al sangue tra gli estremi mezzano. Ma il sangue di estrema uitiosità è il grosso come pece liquida, & il cosi seroso, che uscito dalle vene, habbia assaissimo di acquidosa humidità sopranatāte. Lottimo è quello, che è tra questi essatamēte mezzano, il quale si genera, dal pane ottimamente preparato del quale nel primo libro habbiamo ragionato: et da gli animali volatili, come ho deto, cioè, pernici.

pernici, & altri tali, a i quali s'auuicinano quei pesci i quali tra i marini si chiamano pelagij.

Della trigla, ouero barbone. Cap. XXVI.

Questo anchora e uno di pesci pelagici & e dagli huomini tenuto in pretio, come quello, che di giocondità auanza gli altri. Ha egli quasi tra tutti gli altri carne durissima, & molto solubile, il che da qui si comprende, che in esso lei non ha punto del grasso, ne del uiscoso, perilche quando che sia ben digesta, nutrisce meglio di tutti li altri pesci, ma s'e detto anchora, che il cibo piu duro et grosso et per dir cosi piu terrenoso, presta al corpo piu notabil nutrimento, che i piu humidi et piu molli, & massime quando appresso à questo, e di sustantia al corpo, che si nutre famigliare. Et questa si conosce dalla soauità, perche ogni alimento del tutto di diuersa natura dall'animale, che indi si nutre, ò totalmente e abborito, e ingratamente preso, ma tra i cibi alla natura di che gli usa famigliari, si come il piu humido nutrica meno, cosi più leggermente si digerisce, & si distribuisse. Dunque la carne del Barbone e soaue, come quella che e alla natura humana famigliare, ma come che ella sia della carne de tutti gli altri pesci piu dura, nientedimeno si puo mangiare cottidianamente, per essere magra & solubile, & per tener alquanto ad cuitade, perche le cose grasse & uiscose tantosto che s'incomminciano a mangiare, satiano, & guastano l'appetito, ne sustenemo mangiarle per molti giorni continui. Ma i golosi ammirano il fegato del Borbone, per la sua giocondita, & altri non contentano mangiarlo per se solo ma preparando in alcun uaso il liquame chiamato

mato gareleon, cioe, che consta di garo, & olio, con alquãto diuino, in esso minutamente tagliano il fegato, tanto che di quello & del liquame preparato, tutto insieme paia risultarne un semplice liquore, & de una istessa uirtù, nel quale intingono la carne della Trigla, & se la mangiono. Ma non pare egli già à me degno di tanta laude, ne che ci presti tanta utilita, che tanto s'apprezzi, ne il capo altresi quantunque le gole il laudino, & dicano questo dopo il fegato riportarne la seconda laude. Ne poteua io anchora intendere, per qual cagione molti comparassero le piu grande Trigle non essendo quelle ne di carne soaue, come le picciole, ne facile a digerire, per essere molto dura. Per tanto hauendo io addimandato una fiata un certo huomo, il quale à gran pretio haueua comperato delle grande Trigle, perche egli tanto le prezzasse, rispojemi, che per tanto le haueua comperate, principalmente per il fegato, & poi anchora per il capo. Ma basti quanto per hora detto habbiamo in questo discorso, delle Trigle, nel quale habbiamo proposto di inuestigare la utilita. Ma diuentano ottimi i Barboni si per la purita del mare, il che accade etiandio à gli altri pesci, comè anchora per gli alimenti, onde si nutriscono, perche quelli che mangiano i cancelli, cio è, branche, grauemente puteno: & sono insoaui, & à digerir difficili, & di uitioso suco. Ma si conoscono aprendo loro il uentre, prima che si mangino, & nel mangiarli presto e dal gusto, è dal odorato sene potra accorgere.

Di pesci sassatili. Cap. XXVII.

Chiamansi pesci sassatili il Sargo, la Merla, il Tordo,

do, la iulia, cio è, girello, la fuca cio e, figo ouero lambe na, la perca, da i luoghi ne i quali uiuono, perche non ne i lidi molli ò arenosi, si nascondono, & iui partorisscono, ma ne i petrosi promontorii, & la doue sono i sassi. Ma tra questi credesi che'l sargo sia di soauità prestante: dopo questo seguita la merla, il tordo, à i quali seguitan la giulia, la fuca, la perca. L'alimento, che da questi si piglia, è non solamente facile a digerire, ma è anchora a' corpi humani comodissimo, come quello che genera sangue di corporatura mezzano. Intendo mezzano quello, che non è molto tenue, ne acquidoso, ne molto grosso. Ma essendo di cotal mediocrita una grãde latitudine diremo, delle differenze sue, nel progresso del ragionamento.

Del gobio ouero gò. Cap. XXVIII.

Questo è un pesce littorale, cio è, che ne i lidi uiue, & di quelli che sempre sono piccioli. Quello è al palato gratissimo, & facile à digerire, & à distribuire, il quale ne i sabbionosi lidi, & sassosi promontorii si uiue. Ma non è di cosi buon suco, ne si giocondo, ne à digerirsi facile, quello, che nelle bocche di fiumi, ò ne i stagni fluuiali, ò marini, crescie. Et se l'acqua sara anchor fangosa, ouero il fiume ispurghera citta alcuna, il gobio, che in quelle si muouera sara tristissimo, come sono tutti gli altri pesci, che in tali acque uiuono. Onde tra i pesci sassatili non è differenza manifesta, dico tra quelli d'una medesima fatta, come quelli sono, che in purissimo mare uiuono, & fuggono l'acqua dolcissima, & quella che di questa & della marina, sia mescolata. Secondariamente questo accade alli pelagici. Percio che

questi non sono tra loro tanto differente, quanto quelli chi nell'una & l'altra acqua uiuono. Perche di questi, quelli sono ottimi fra tutti quelli d'una medesima spetie, iquali in puro mare uiuono. Nel contrario quelli sono di tutti tristissimi, iquali frequentano i fiumi che ispurgano le citta. Ma tra questi sono mezzani quelli, che i luoghi mezzani habitano. Di queste cose habbiamo di sopra ragionato, oue del cefalo si diceua. Ma la carne di gobii si come è piu dura di quella di sassatili, cosi e piu molle di quella delle Trigli. Pertanto nutrica i corpi di chi la mangiono à proportion di quella.

Di pesci di carne molle. Cap. XXIX.

Philotimo nel terzo libro de gli alimenti, de i pesci di carne molle in questo modo scrisse: i gobij, i fighi le girelle, le perche, le murene, i tordi, le merle, i lacerti, & piu, gli asineli, le hamie, cio e, byze, le passare, i fegati, i fogli, l'umbrine, & tutta la generatione di pesci di carne molle, piu facilmente de gli altri pesci si padiscono. Alcuno in uero meritamẽte si marauigliarebbe molto di lui, come sia che egli habbia trallasciato il sargo, il quale tra i pesci sassatili ottiene il principato, i quali tutti sono di carne piu de gli altri molle & solubile, perche alcuni d'essi ueramente hanno carne molle, ma non pero solubile, per essere d'un certo suco uiscoso & grasso abondante: altri non hanno uiscosita ne grassezza alcuna, nel che sono simili à i sassatili: niẽtedimeno sono da quelli nella durezza della carne differenti, quali sono quasi tutti i pelagici, saluo, se alcuno uitiasse la carne sua con tristo alimento: come fanno

le

le trigle, che mangiano i cancelli. Sono i cancelli piccioli animali di color rossigno, à i gãbari piu minuti somiglianti, Ma i sassatili non mutano, ne luogo ne alimento, ne usano acque dolci, & per tal ragione sono senza macula. Quelli che Philotimo ha nomati asinelli, se usano buon alimẽto & habitin in puro mare, cõtenderanno con i sassatili di bonta di carne. Ma quelli che usano tristi cibi, o in acque mescolate & massime uitiose uiuono, non perdono la mollezza della carne, ma acquistano grassezza & uiscosita, per la quale non sono piu soaui, come dianzi, & prestano escrementoso alimento. Questo in vero, come dicemmo, di tutti i pesci si debbe hauere in memoria, che nelle bocche di que fiumi, che ispurgano latrine, o stalle, o cucine o lordezze de uestimenti, et panni lini, & altre cose tali da ispurgare nelle citta, ꝑ le quali passano, si generã pesci tristissimi, e massime se tal citta sara populosa, trouassi anchora la carne de la murena tristissima, la quale in cotal acqua uiue Benche trouerai che ella nõ entra ne i fiumi, ne si genera ne gli stagni: tuttauia si genera tristissima nelle bocche di fiumi, qual e il tebro il quale per Roma passa, & percio si compra tal pesce in Roma per menor pretio, che tutti gli altri pesci di mare. Come etiandio quelli, che nascono nell'istesso fiume, da molti chiamati tiberini, conciosia cosa che tẽgono una peculiar maniera a niun delli marini pare, & che per la mescolanza di quelle cose, che della città entrano nel fiume, diuentino tristissimi, da qui si puo comprendere, che i pesci che nascono nel fiume, prima che egli entri nella citta, sono migliori. Euui anchora un

un certo altro fiume, chiamato Nar, il quale lontano dalla citta trecento è cinquanta stadij prorompe nel Tebro: produce questo fiume pesce di quello del Tebro di gran lunga migliore, perche egli e grande fin doue nasce, & perseuera puro & rapido, cō caduta, fin che entra nel Tebro, in niun luogo punto ristagnando, tutti quelli adunque che per consuetudine hanno isperimẽto de i pesci paesani, non han bisogno di gia detti segnali à discernerli. Ma quelli chi non ne hanno isperienza alcuna, o sian forestie i o paesani, aduertiscano queste cose tutte, prima che per propria isperienza uengano in cognitione della natura di qualunque pesce. Non doueua adunque Philotimo trattare confusamente di tutti i pesci di carne molle, ne con gli altri mesciar i pesci sassatili, perciochе questi sẽpre sono ottimi, il che ne a gli asinelli, ne alle mureni, ne anchora à i gobij accade, perche alcuni d'essi ne i fiumi, & ne i stagni uiuono, & altri nel mare, altri ne gli stagni marini nomati, o finalmente in acque mescolate, oue la bocca d'alcun gran fiume col mare si congionge, sono inuero molto differenti intra loro i pesci particolari, come il cefalo & la murena, ma gli asinelli men di quelli, benche questi anchora sono tra loro non medi cremente. discrepanti, ma i gobij non hanno carne tanto molle quanto questi, & i sassatili ne le ombrine altresi quanto poscia al pesce foglio, molto mi marauiglio di Philotimo, pche il rhōbo a quelli somigliãte ha carne piu che la di loro molle: & nondimeno è non poco à gli asinelli inferiore, sappi adũq; che questi, & i chiamati fegati, & altri i quali Philotimo ha mescolati con i sassatili,

li, & cō gli asinelli, sono tra i pesci di carne molle & dura mezzani, perche ne sono di carne dura, et sono inferiori a gli essatamēte molli: tra i quali non connumerò Philotimo le foglie come n'āche ne gli sassatili il sargo pche sono tra loro alquanto somiglianti la passera, & le foglie: nō pero sono d'una istessa maniera, pche le foglie sono piu molli, & a mangiar piu soaui & sono del tutto migliori della pascera, i lacerti anchora sono ad un certo modo, tra i pesci di molle & dura carne mezzani, nō pero alcuno di detti pesci richiede ne aceto, ne senape, ne origano, come fanno i grassi, duri & uiscosi alcuni gli usano nella padella fritti, altri gli arostiscono, ouero condiscono ne i tegami, come il rhombo, & il foglio ma il prepararli ne i tegami come usano far i cuoghi, e causa di omnimoda cruditate, il prepararli poscia cō brodo biāco, è alla digestione cōmodissimo, il che si fa in questo modo: primieramēte si mette acqua abondantemente, et poscia olio a bastanza, cō un poco di aneto & porro. Et quando i pesci saranno semicotti, ui si gionge tanto di sale, che il brodo non paia del tutto salso. E questa conditura anchora a gli amalati commoda. Ma à quelli che del tutto sono sani, conferisce la conditura di pesci nella padella fritti: secōdariamente quella de gli arrostiti su la graticella. Questa richiede un poco d'olio, di garo, & di uino: ma à i fritti conuien giongere piu di uino, & di garo, & meno di olio. Ma quelli à i quali questa conditura è abomineuole, habbiano parecchiato aceto cō un poco di garo, & pepe. Perche quelli che cosi gli mangiono, meglio li digeriscono, ne resistono alla egestione. Per il che

alcuni mangiono i pesci fritti, con vino & garo, & molti ui aggiongono pepe, & pochi olio. Ma alcuni di detti pesci quando si friggono con un poco di sale accompagnati, sono à mangiare soauissimi, à digerir piu facili, & allo stomaco piu grati, che in qualunque altro modo preparati. L'alimento di tutti i gia detti pesci, è cōuenientissimo à gli huomini otiosi, à gli imbecilli & amalati. Ma i corpi degli essercitanti richiedono cibi piu sodi, de' quali disopra habbiamo ragionato. Et spesse fiate habbiamo detto i cibi molli et solubili essere alla sanita cōuenientissimi, perche tali suchi sono di tutti i piu perfetti. Conciosia cosa che non è prouisione, che ci mantenga in stato securo di sanità, maggiore di cibi buon suco.

Di pesci di carne dura. Cap. XXX.

Philotimo nel secondo de gli alimenti di questi anchora in tal modo scrisse: le tragine le galline, i mustelli cio è guatte gli scorpij, i pagri, et anchora i trachuri, i barboni, & appresso, le cerne, le lechie, gli sarghi, le lamie, i congri, le byze, ouero hamie, le libelle, cio è, ciambete & tutti i pesci di carne dura, malagenolmente si digeriscono, & mandano pel corpo suchi grossi & salsi. Queste sono parole di Philotimo: le quali noi essaminaremo ad vna ad vna, dal principio istesso incominciando. Le tragine, & le galline, à tutti quelli che le usano, manifestamente paiono di carne dura. Ma di mustelli non è una sola spetie. Perche il pesce, il quale appresso di Romani è laudatissimo, galaxia nomato, è della generatione di mustelli. Il quale n'anche nel Greco mare si uede prodursi.

onde pare che Philotimo l habbia ignorato, tutta uia questo nome si truoua ne i grechi essemplari in due modi scritto, perche in alcuni si scriue galci, cioè, guatte, per tre sillabe, in altri galeonymi per cinque, & e chiaro che quel galaxia, appresso di Romani nobile, si debe tra i pesci di carne molle numerare: ma gli altri mustelli sono piu tosto di carne dura, dapoi Philotimo rettamente connumera lo scorpio, il barbone, il trachuro la cerna, la lechia, tra i pesci di carne dura: ma erra in cio, chi numera con quelli il sargo, il quale è sassatile, dopo questi fa mention del cane, cioè lamia, il quale nel numero di pesci cetacei, si doueua porre, come quello che e di carne dura & iscrementosa, perilche i plebei costumano mangiarlo tagliato in pezzi, & salato: per esser egli di sapor ingrato, & di sustãtia muccoso, & percio il mangiano cõ senape, & oxileo, & altri tali condimenti sono anchora di questa sorte le balene, i delphini, & le foche, cioe, uecchi marini: a i quali s'appressano i grandi tonni, quantunque non siano, come i predetti a mangiar giocondi, anzi sono insoaui, et massime i freschi, ma salati, diuentano migliori, la carne poscia di tonni & d'età, et di grandezza menori nõ è cosi dura, & percio ancora piu facilmente si digeriscono, & piu di questi le pelamide, le quali condite con sale non cedono a i piu lodati salsamenti, moltissime ne uengono di ponto, à quelle solamente, che uengono di sardegna, & dalla Iberia inferiori, questo salsamento e meritamente in gran pretio, si per la giocondita, come per la tenerezza della carne: et sogliõsi questi chiamar da tutti salsamenti sardi, dopo le sarde, & le pela

mide, i myllì che ci uengono di Ponto sono spetialmente commẽdati, a questi poscia, seguitan i corui, ma queste cose siano dette di pesci salati come per digressio, delle libelle poscia cioè ciambette, ben ne ha fatto mẽtione, Philotimo, tra i pesci di carne dura, ma doueua egli pur far mentione insiememente della insoauita loro, come d'altri anchora i quali del tutto ha tralasciati, ma il congro, il pagro, l'hamia, rettamente sono da lui tra i pesci di carne dura numerati. Sono anchora certi altri pesci di carne dura, come egli dice, i nomi di quali ha taciuti, per esser quelli da gli huomini di rado usitati, onde sarà meglio che lasciati i nomi inuestighiamo la natura loro, bene adunque giudicò Philotimo, che i pesci di carne dura, con maggior difficultà si digeressero, che quelli di carne molle, perche la digestionè che si fa nel uentricolo, & la assimilatione che si fa nel nutrire ciascuna parte del corpo, nelli molli facilmente, nelli duri con difficulta procede, perche queste cose si fanno, quando quelle s'alterano, & le cose piu molli piu facilmẽte anchor si mutano, essendo etiãdio, à patir piu habili, & l'alteratione non e altro che patimento di quelle cose che si tramutano, per tanto rettamente disse, che i pesci di dura carne con difficulta si digeriscono, & rettamente anchora, che siano di grossi suchi generatiui. Perche i duri cibi hanno grossa sustantia, & i molli sottile, ma che i duri suchi produchino anchora salso humore, si considerarà da poi, perche Philotimo & il maestro suo Prassagora, dicano, il suco salso dalle cose sopra modo riscaldate generarsi, il che pare à me, che non simplicemente, ma con

limitatione si debba pronunciare. Et perche cotal ragionamento è à tutti i duri cibi commune, facendo di essi un peculiar capitolo, immediate ne disputaremo.

Se le cose dure tutte per dicottione produchino salso suco, Cap. XXXI.

Prassagora et Philotimo credono, il salso humore ꝑ eccessiua dicottione, non solamente di pesci di dure carne, ma anchora da tutti gli altri duri cibi generarsi, et questo chiamano non solamente salso, ma ancor nitroso. Anzi io truouo di cose assaissime o piu tosto di tutte le cose, tanto piu sempre diuentar salso, quanto piu longamẽte si cuoce, et poscia anchora amaro, come essi uogliono. Perche la materia istessa delle cose sode, la quale nell'acqua si cuoce, lascia in quella le qualità, le quali ella primieramente haueua, tal che alla fine diuenta insepido et acquoso, ne ritiene punto di salsuggine, ò d'amaritudine, ò d'acrimonia, ò di stitticità. Ma meglio tichiarirai di questa uericà, se trasferirai la cosa, che tu lessi, in altra acqua, et di nouo la cuocerai. Perche truouerai la cosa, che si lessa, hauer perduta la natia qualità, et l'acqua hauerla in se riceputa. Per tal ragione i lupini, i quali sono tra gli alimenti cereali, rendono l'acqua amara, perche anch'essi hanno qualità amara, in esso loro naturalmẽte ingenerata la robiglia &, l'absintio, l'abrotono, il polio et l'altre cose amare tutte. Ma la materia soda che si cuoce, riescie men amara et se anchora le trasferirai in altra acqua, et di nouo, come gia ho detto, le cuocerai, truouerai quelle hauer diposto piu che per lo innanzi l'amarezza. Et se

la terza

la terza fiata, & la quarta, in altra acqua le trasfe
rirai, questo uie piu anchora le accaderà che per lo in-
nanzi, tal che perderanno del tutto ogni amarezza.
Ma le cose acri anchora, come l'aglio, il porro, la cipol
la, rendono l'acqua, nella quale sono cotti, manife-
stamente acre, & il corpo loro ritiene meno d'acrimo
nia, & se subbito in altra acqua li trasporrai, lascia-
ranno del tutto ogni acuitade. Non altrimenti le mele
immature, le nespole, le pere saluatiche, quanto piu si
cuocono, tanto piu dolci si fanno, ma il dicotto loro
diuenta poi acerbo, ma se cuocerai i suchi di per se soli
primieramẽte diuẽtarano salsi, et poscia anchora ama
ri. Onde quanto à i succhi, debbesi à Philotimo & à
Prassagora cõcedere, che l'habbiano intesa. Ma di cor
pi sodi, la cosa passa altrimẽte, che essi han creduto. Per
che se, come gia dicemmo, dalla prima acqua gli tra
sferirai nella seconda, et da poi nella teza, ò nella quar
ta truouerai quelli hauer diposto il primiero succo, tal
che à chi li gusta paiono insipide, & acquosi. Ma se
l'cqua non si muta il decotto parerà salso, & poi ama
ro. Ma à me pare, che i settatori, di Prassago-
ra si siano ingegnati, massimamente nel decotto, il
quale per la dicottione si fa più salso, non aduerten-
do, che messo nell'acqua il sale & garo subito nel
principio della conditura, di necessità, procedendo la
dicottione, il suco si fa piu salso, che per lo innanzi:
come anchora se non ui si ponendo cosa altra alcuna
à cuocere, si mettesse nell'acqua pura, & dolce al-
quanto di sale, perche quell i bollendo si fa piu salsa.
ma qual marauiglia è questa se la istessa acqua sincera

piu & piu bollendo, qualita salsa prende.

De gli animali di guscio coperti. Cap. XXXII.

Perche quello che tutto l'animale cuopre à guisa di ueste a cadauno naturalmente data, si chiama derma, cioe pelle, & essendo il guscio delle buccine, delle perpore, delle ostree, delle chame, & altri tali a questa corrispondenti, per tanto si chiamano questi animali in Greco ostracoderma, cioe di guscio coperti, perche quello che questi animali estrinsecamente cuopre al guscio o pietra l'assomiglia, hor a questi animali tutti e commune il contener nella carne loro suco salso, il quale è del uentre lubricatiuo, ma in cio à ciascheduno è proprio, il piu il meno, hauuto rispetto alla qualità, & quantità, perche le ostree tra questa generatione sono di carne mollissima, ma le triatule, le uertebre, le unghie le porpore, le buccine, & altre tali sono di carne dura, onde nõ sanza causa le ostree amollano il uentre gagliardemente, & nutriscono il corpo debolmente, ma le piu dure con uie maggior difficulta si digeriscono, tuttauia sono di piu sodo nutrimẽto, hor queste tutte si lessano, benche le ostree anco non lesse si mangiono, & altri nella patella le friggono, ma si come de gli animali di tal generatione alcuni hanno carne à digerir difficile, cosi l'hanno anchora a corromper si malageuole: & per cio à quelli si concedono, ne ì uentricoli di qualli cibi, per tristi suchi iui regunati, si corrompono, o uengano dal fegato, o nelle tuniche di lui si contengano, ma hanno tutte, come ho detto, suco salso, a purgar il uentre habile: ma meno delle ostree quelle di dura carne, & percio a quelli si concedono, ne i

uentricoli

uentricoli di quali i cibi ſi corrempono, due o tre fiate nell'acqua leſſandole, & quando l'una ſia fatta ſalſa, nell'altra trasferendole, da queſte ſi genera ſuco aſſaiſſimo, il quale ſi chiama crudo, ſi come da quelle di carne molle ſi genera la flegma, ſi come adunque quando habbian diposto il ſuco ſalſo, la carne loro e a corromperſi difficile, el corpo indura, coſi ſe alcuno con ſale o garo le condira, come etiandio ſi condiſcono le hiatule, & beuera il liquore di quelle fatto, il ventre largamente ſi gli lubrichera: ma nòndimeno il corpo non pigliera da quello alcuno nutrimento.

De gli animali di ſottil guſcio coperti. Cap. XXXIII.

Gli aſtachi, i pagri, i cancri, le locuſte, le caride, le cammaride, & altri tali ſono di ſottil tegame, & di durezza a gli ſudetti pari, ma hãno meno di quelli, di ſalſo humore, quãtunque ne habbiano aſſai, ſono del tutto di carne dura, & pertanto a digerir difficili, & ſono di alimento ſodo, quãdo ſiano cotti in acqua dolce, la carne di queſti anchora indura il corpo, come quella delle oſtree, quando che cotta, come dicemmo, habbia depoſto nell'acqua il ſalſo humore, malageuolmente ſi corrõpeno, nõ altrimẽte che gli ſudetti, di carne dura.

De gli animali di carne molle. Cap. XXXIIII.

Chiamanſi molli quelli, chi non hanno ne ſquamme ne pelle dura, ne ſimile a tegami, ma molle a guiſa della humana: quali ſono i polipi, le ſepie le loligini, & altri a queſti ſomiglianti. Queſte adunque perche non hanno tegumento ne ſquammoſo, ne aſpro, ne à tega-

mi rispondente, paiono molli a chi li toccano: tuttauia sono di carne dura, & à digerir difficili, & hanno in se poco di salso humore. Nondimeno si fieno digesti ren dono al corpo non poco nutrimento. ma questi ancho ra generan moltissimo di crudo humore.

De gli animali cartilaginosi. Cap. XXXV.

La pelle di questi animali è aspra, et di notte risplen de. Onde alcuni dicano questi chiamarsi selachia dalla parola sela, che significa in greco lume. Ma tra questi la torpedine, & la pestinaca, hanno carne molle, et soa ue, & mezzanamente facil à smaltire, & non è a dige rir difficile. Nutriscono anchora mediocremente, à gui sa de gli altri tutti, che sono di carne molle. Ma questo è a tutti commune, l'hauer le parti uerso la coda piu carnose, che le parti de mezzo, il che nelle torpedini e spetiale. Perche le parti di mezzo in questi animali pa iono come di tenera cartilagine. Ma la raia, leuiraia, la squalina, e tutti tali, sono piu difficili à digerire, et di piu abōdante alimento che la torpide, & la pestinaca.

De gli animali cetacei, ouero pesci gran- di. Cap. XXXVI.

Già detto habbiamo di sopra de gli animali marini ce tacei, cio e, de pesci grandi, tra i quali sono i uecchi ma riui, le balene, i delphini, le ciambette, e i grādi tonni, & appresso, i cani, & altri tali: ma hora ne diremo an chora sotto breuita, dicendo che tutti questi animali so no di carue dura, di tristo suco, & escrementosa, & percio dianzi conditi con sale per il piu, si pigliano in cibo, rendendo in tal modo l'alimento, che da lo ro si piglia piu sottile, & per tanto piu facile a

dige-

digerire, & a mutarsi in sangue. Conciosia cosa che la carne loro recente, se molto bene non si digerisce genera nelle uene copia grande di crudi humori.

De ricci marini. Cap. XXXVII.

Questi si mangiono con mulsa & garo per purgar il uentre, & li condiscono nei tegami, oua, pepe, & mele ponendoui. Ma sono tra i cibi di poco nutrimento, & di faculta, quanto al criar grossi, o sottili humori, mediocre.

Del mele. Cap. XXXVIII.

La materia de gli alimenti sotto due capi è stata compresa, l'uno quelli conteneua, li quali dalle piante si pigliano, l'altro quelli, che da gli animali. Ma il mele è da l'un & l'altro separato. Percio che si genera nelle foglie delle piante, ma non è di quelle ne suco, ne frutto, ne parte, ma è della istessa natura della rugiada. Non pero nasce in ogni luogo, ne cosi abondante mente, come quella. Ricordomi una fiata in tempo di state, essere stata truouata tanta copia di mele sopra le foglie de gliarbori, fruttici, & di certe herbe, che i villani mottigiando diceuano, Gioue hauer piouuto mele. Ma è uero, che la notte precedente era stata, quanto essere puo nella state, molto frigida, & la temperie dell'aria del giorno innanzi, calida & secca. Pareua à i sauii delle cose naturali, che i uapori tratti dal Sole dalla terra & dalle acque, & poscia esattamente sottigliati & digesti, fossero dal freddo della notte seguente stati cōdensati: il che appresso à noi rade uolte acade, ma ogni anno nel

nel monte libano ben spesso, per tanto stendendo cuoi
sopra la terra, & crollando gli arbori, pigliano quel-
lo che da essi cade, & empiono di mele pentole & al-
tri uasi, & chiamasi ragiadoso & aerio, onde si fa chia
ro, che la natura del mele e affine a quella della rugia
da, & e cosa manifesta, che egli acquista bontà o tri-
stezza da gli arbori, nelle foglie di quali si condensa, et
percio iui fassi bonissimo, oue thinci assaissimi, & certe
herbe & fruttici di calda & secca temperatura na-
scono, per tanto e di sustantia piu sottile quel mele che
su cotali piante nasce, & per tal cagione ne i corpi ca-
lidi leggermente passa in collera, ma a i freddi e com-
modissimo, o sian tali per età, o per natura, o per infer
mita, questi adunque sono atti a nutrirsi di esso mele,
quando che egli sia in sangue conuertito: ma ne i cal-
di prima passa in collera, che si tramuti in sangue, ma
essendo di sottil sustantia, necessariamente pende ad
acuitade, con la quale stimola il uentre alla egestione:
la quale se gli fia tolta, si fa piu atto a distribuirlo, &
a digerirlo, & questa facilissimamente se gli leua, se
egli prima si mescola con molta acqua, & poscia tan-
to si cuocera, che piu non spumi, ma bisogna che la spu
ma come si va facendo, cosi tosto si leui, perche hauē
do lui in tal modo deposta l'acrimonia, ne piu incitan-
do il uentre alla egestione, sanza dimora si destribuera
pel corpo, ma il melicrato poco, o niente cotto, prima
si smaltisce, che egli si digerisca, o pel corpo si distri-
buisca, o nutrisca, sono anchora in cio differente, che
il mele nō ben cotto genera nel uentricolo, et ne gli in
testini certa uentosita, ma quello che cuocendosi ha la
sciata

sciata tutta la spiuma, non e uentoso, & prouoca l'orina, ma pigliandosi il sal mete senza mescolarlo con l'acqua, nutrisce meno, & e del uentre piu purgatiuo, preso in gran quantita moue al uomito la parte del uẽtre superiore, ma cotto sanza acqua non fa cosi abomi natione, ne purga il corpo, ma si distribuisse, & nutrisce meglio: prouoca meno l'orina di q̃llo che e nell'acqua cotto: benche come nutrimento non presta egli al corpo segnalato nutrimẽto. onde e parso ad alcuni che egli non nutrisca punto i quali sono basteuolmente cõfutati nel terzo libro della dieta ne i morbi acuti, libro d'Hippocrate da alcuni intitulato contra le sentenze gnidie, da altri della ptissana, in cio errando gli uni, & gli altri, come in quel commentario sopra quel libro scritto dimostrato habbiamo, ma la somma e questa, che a i uecchi, & generalmente a tutti i corpi di natura fredda, il mele e proficuo: ma a i uigorosi et caldi in collera si conuerte, & oltre dicio che egli poco ci nutrisce, non si conuertendo in collera, ma se cio gli occorre non nutrisce punto, & e cosa chiara, che noi dichiamo da quello generarsi collera pallida et rosa, ma non nera. Perche s'è detto gia molte fiate che i medici in molti luoghi chiamano questa tale simplicimente collera, senza gionta di colore, et tutte l'altre con nome di colore. Ma ueggiamo tutte l'altre accetto la porracea, quando il corpo grauamente amala, ispurgarsi. Ma la rossa e pallida, e la porracea anchora, spesse uolte fuori di malatia, pel uomito e pel cesso si spurgano.

Del vino. Cap. XXXVIII.

Che il uino sia una delle cose nutritiue ogn'uno il con-

confeſſa. Perche ſe ogni coſa, chi nutriſce, e alimento, ſi direbbe, che il uino foſſe della generatione de gli alimenti. Ma alcuni medici dicano queſto nõ douerſi chiamare alimẽto, pche nel commune parlare il bere e dal cibo ſeparato, & però ſi chiama bere, ſi come il cibo eſca, & coſa da mãgiare. Per tali ragioni adunq; giu dican il uino nõ ſi douer chiamare alimento. Tuttauia confeſſano, che egli nutriſce, il che fa al caſo noſtro, & ſe concedono anchora certe altre coſe eſſere nutritiue non uolendo pero che ſi chiamino alimenti, quantunque metrichino, ci concederanno anchora che al trattato de gli alimenti, ſi gionga queſto breue diſcorſo del uino, perche le uirtù da Hippocrate nel libro della dieta ne i morbi acuti cõmemorate, non ſono come di alimenti, ma come di medicamẽti, quelle habbiamo noi eſplicate nel terzo cõmentario ſopra quel libro fatto, & nell'opra della therapeutica, & in quella della ſanità: nel preſente diſcorſo trattaremo delle differenze ſue, come alimento, da qui incominciando. Tra tutti i vini i roſſi & inſiememente groſſi ſono a generar ſangue habiliſſimi, leggermente in quellò tramutãdoſi: dopo queſti i neri dolci & groſſi, a i quali ſeguitan quelli, che ſono roſſi di colore, et neri ma di corporatura groſſa, da qualità coſtrettiua accompagnata, tra queſti nutricano meno i biãchi, inſiememente groſſi & auſteri, ma ſono di menomo nutrimento tra gli altri quelli chi ſono di colore bianchi & di corporatura tenui, quaſi all'acqua pari, a fare l'hidromele habile. Ma che i uini groſſi ſiano piu nutritiui, la natura loro il dichiara, et la iſperienza anchora. Ma meglio ſi digeriſcono nel uẽ-

tricolo

tricolo i dolci,& meglio si distribuiscono de gli austeri per essere piu caldi di natura, i molti grossi piu tardi si digeriscono et si distribuiscono. Nondimeno se truoueranno il uentricolo tanto robusto, che da quello si digeriscano darãno al corpo piu copioso nutrimẽto, oltre di cio e manifesto, che si come q̃sti sono a nutrir il corpo a i tenui superiori, cosi sono a puocar l'orina inferiori.

Di cibi con sale conditi. Cap. XL.

Habbiamo differito il ragionamẽto di cibi con sale conditi,& di mezzani, al fin dell'opra. Accio adunq; non si trallasino, sarà opportuno à dire della natura loro. I corpi de gli animali di carne dura & escrementosa, sono a condir con sale idonei. Chiamo escrementosa quella, che in se contiene humidità pituitosa. La quale quanto piu sara abondante,& piu grossa, tanto la carne sara migliore, se con sale fia condita. Ma quelli chi sono di fatezza di corpo o molto molle, o molto dura, & poco escrementosa, sono a condir con sale inhabili cõciosiacosa che la uirtu del sale, come nell'opra di medicamenti simplici detto habbiamo, e composta. Perche egli sottiglia & risolue la superfluita de gli humori, di que corpi. Che con sale si condiscono, & piu, costipa i corpi,& li cõsolida, la doue la spumanitri, et il fongoso aphronitro ben ponno sottigliare, et risoluere, ma non gia ponno costringere et condensare, i corpi adunque naturalmente secchi per lo spargimento del sale disseccati, diuentano à mangiar non buoni. Hauendo un certo huomo uoluto prouare di salar la lepre, la fece alle donnole disseccate pare. Ma le carni di porci grassi et di fiorita età sono à condir con sale habili, dal

l'un & l'altro incommodo lontane, cio è dalla siccità di uecchi, & dalla immoderata humidità di nouelli. Perche si come i corpi secchi salati diuentano à i cuoi simili, cosi quelli che abondano di souerchia humidità conditi con sale rancidiscono. Per tal cagione i pesci di carne molle, & senza escremente, quali sono i sassatili nomati, & gli asinelli, cio è, scarni, chi uiuono in puro mare, non sono à condir con sale habili. Ma i coracini, cio è corui le pelamide, i milli, le sarde, & le sardene, & i chiamati saxatina, & salsamenta, sono à condir con sale idonei. Oltre di cio tra gli animali marini i pesci grandi conditi con sale diuentano migliori. Perche questi anchora sono di carne escrementosa, ma i barboni non sono ad esser salati idonei, per essere la carne loro dura, & di escremente libera, onde si fa chiaro, quegli essere malageuolissimi à digesire, i quali cōditi con sale duri, neruigni, & a cuoi simili diuentano ma quelli chi sono all'opposito di questi diueutano sottili, & mangiati sottigliano i grosci, & uiscosi humori, ma tra quelli che io ho isprimentati, i chiamati da gli antichi medici sardi salsamenti, & hoggidi sarde si chiamano, a me parono di tutti i piu prestanti. Et i mylli che uengano di ponto dopo questi tengono il secondo luogo i corui, & le pelamide, & saxatiui chiamati.

Di cibi mezzani. Cap. XLI.

In ciascheduna differenza di quelle, che io ho detto ritrouarsi ne gli alimēti, ne sono certi mezzani, per che tra quelli di carne molle, & di carne dura ne trouerai alcun mezzano, cioe ne duro ne molle, parimente

tra quelli chi ſotigliano, & che ingroſſano, & quelli chi riſcaldano & chi refrigeran, & chi diſſeccano, & chi inhumidiſcono, ma a quegli animali chi ſeruano la natura loro intiera, ſi conuengano cibi a tal natura cõdecenti, a quelli poſcia che dal principio hanno cõtratto mal temperamẽto, ouero l'hanno poi acquiſtato, nõ gioua il mangiar coſe a tal natura ſomiglianti, ma le contrarie, perche ſi conſerua con coſe ſimili queſto, che naturalmente ſia ben temperato, ſi come quello che e malamente temperato, con i contrarij al proprio temperamento ſi riduce, tal che ciaſchedune le nature degli animali otteneranno il loro conueniente mezzo: come per eſſempio il tale e dell'huomo, el tale del cane et coſi de gli altri tutti, oltre di cio a queſt'huomo particolarmente tale ſecondo queſta & quella età, & anchora ſecondo il modo del uiuere, & ſecondo le differenze di coſtumi, & delle regioni, nelle quali già longo tempo ſon uiſſuti.

Il fine del terzo & vltimo libro della natura de gli alimenti.

LAVS DEO.

IN VENETIA.

Apreſſo Ioanni Bariletto.

M D LXII.

NON FOR
VCAT
NEGOTI
RVDEN